



Universidad del Aconcagua  
Facultad de Psicología

# **UNIVERSIDAD DEL ACONCAGUA**

## **FACULTAD DE PSICOLOGÍA**

### **LICENCIATURA EN MINORIDAD Y**

### **FAMILIA**

TESIS DE LICENCIATURA

**“Adolescencia y Nuevas Tecnologías, ¿una  
nueva adicción?”**

AUTORA

**CELINA BAROSSO**

DIRECTOR

**ANDREA AGRELO**

CO DIRECTOR

**LEANDRO CASARI**

**2013**

## **HOJA DE EVALUACIÓN:**

**Profesor:**

**Tribunal**

**Presidente:**

**Vocal:**

**Vocal:**

**Vocal:**

**Nota:**

## INDICE

1 RESUMEN	7	
2INTRODUCCIÓN		10
3 MARCO TEÓRICO	15	
3.1 ADOLESCENCIA	15	
3.1.1 Definición	15	
3.1.2 Características	15	
3.1.3 La Adolescencia como Procesos		16
3.1.4 Cambios Cognoscitivos en la Adolescencia		19
3.1.5Adolescencia Y Las Nuevas Tecnologías	25	
3.1.6 Adolescentes e Internet		26
3.1.7 Adolescentes y Telefonía Móvil		28
3.1.8 Adolescentes y Video Juegos		32
3.2 ADICCIONES		36
3.2.1Conceptos		36
3.2.2 Adicciones Psicológicas		48
3.2.3 Conceptos		48
3.2.4 Características de la Adicción Psicológica		52
3.2.5 Etiología de las Adicciones Psicológicas		53
3.2.6 Tipos de Adicciones No Químicas		55
3.3NUEVAS TECNOLOGÍAS		66
3.3.1 Un Nuevo Concepto		66
3.3.2 Las Tecnologías de la Información y la Comunicación		68
3.3.3 Tipos		68

4	OBJETIVOS		79
5	MÉTODO		80
	5.1 Diseño de investigación		81
	5.2 Participantes		81
6	INSTRUMENTOS METODOLÓGICOS		81
	6.1 Cuestionario de Detección de Nuevas Adicciones (DENA)		83
7	PROCEDIMIENTO		84
8	RESULTADOS Y DISCUSIÓN	85	
9	CONCLUSIÓN		94
10	PROPUESTA		95
11	BIBLIOGRAFÍA		96
12	ANEXO		98

## AGRADECIMIENTOS

- *En primer lugar quiero agradecer a todos los profesores de la carrera de Licenciatura en Niñez, Adolescencia y Familia, que con sus entregas en cada una de las materias hicieron posible este trabajo final.*
- *Mi mayor agradecimiento, para la Licenciada Andrea Agrelo, quien fue mi Directora en esta Investigación y me ha dado una gran ayuda en este proceso.*
- *También al Licenciado Leandro Casari, que como Co Director, me hizo grandes aportes, los cuales me han ayudado a obtener mayores conocimientos.*
- *A mis padres, Julio y Nancy, que con su ayuda y apoyo incondicional, hicieron posible este camino. ¡Muchas gracias a los dos!*
- *A Lucía, mi hija que desde bebé me acompañó en cada paso, desde mis últimas materias, hasta esta instancia final.*
- *Fernando también tengo que agradecerte, por ser mi compañero y apoyarme y darme mis espacios, para llegar al final.*
- *Agradezco también a mi gran Amiga y compañera de estudios Adriana Montivero, con quien recorrimos este camino juntas, ayudándonos mutuamente, y ganando una Gran Amistad.*

*¡¡¡A TODOS ELLOS MUCHAS GRACIAS!!!*

## 1. Resumen

En la presente investigación se planteó como objetivo explorar las características principales del uso que los adolescentes de 15 a 17 años hacen de las nuevas tecnologías y conocer si estas pueden ser constitutivas de una conducta de tipo adictiva.

Se trata de un estudio exploratorio, cuantitativo, no experimental, con diseño transversal.

Como muestra se seleccionó a un grupo de 120 adolescentes, usuarios de Nuevas tecnologías (N.T.), alumnos de primero, segundo y tercer año del Polimodal de dos escuelas públicas, con edades que oscilan entre los 15 a 17 años.

El instrumento entregado a los alumnos es un Cuestionario de Detección de Nuevas Adicciones (DENA) (Labrador, Becoñay Villadangos, 2008), al que se le realizaron mínimas modificaciones para lograr una óptima adaptabilidad a la población objeto de este estudio, y de esta forma poder aplicarlo al grupo de adolescentes antes descripto.

Los resultados indican que la utilización de las Nuevas Tecnologías no representaría una problemática, ya que en su mayoría los adolescentes no registraron un uso excesivo o de tipo dependiente. Las más utilizadas son el teléfono celular y la Televisión, encontrando que lo hacen de manera experimental o como entretenimiento.

Los porcentajes de uso por semana demuestran que el 47% de los alumnos utiliza el teléfono celular más de 10 horas a la semana y más de 7 horas por día. En relación al uso de televisión el 38% dice utilizarla entre 5 y 10 horas por semana, el 29% más de 10 horas a la semana, con una media de 4 horas al día y en su mayoría 7 horas.

Se puede concluir que no existen conductas de tipo problemáticas o indicadoras de una posible adicción, además de que aún, no hay estudios que demuestren con certeza que las Nuevas Tecnologías forman parte de las llamadas Adicciones Psicológicas.



## ABSTRACT

The main goal of this investigation was to explore the principal characteristics of the use of new technologies by adolescents from 15 to 17 years old, and whether this usage is due to cause an addictive behavior.

The carried investigation is exploratory and quantitative, not experimental, with a transversal design.

The sampling observed was a group of 120 adolescents, users of new technologies (N.T.), all of them students from the 1<sup>ST</sup>, 2<sup>ND</sup> and 3<sup>RD</sup> year of the Polimodal, in public schools, and with ages between 15 and 17. Students were given a “New Addictions Detector Questionnaire” (DENA) (Labrador, Becoña y Villadangos, 2008), with minimal modifications in order to adapt it to the sampling being studied.

The results indicate that the usage of New Technologies does not represent a problem, since most of the teenagers did not register an excessive or dependent use of them. The most used ones are the cell phones and the television, but in an experimental or entertaining way.

The percentages show that a 47% of the students use the cell phone more than 10 hours per week and more than 7 hours per day. Within the use of television, 38% said that they use it from 10 to 5 hours per week, and 29% more than 10 hours a week, the average is 4 hours a day and the maximum 7 hours a day. In conclusion, it might be said that there are not problematic behaviors or addictive indicators. Besides, there are not previous studies demonstrating that New Technologies are part of the so called Psychological Addictions.

## 2. Introducción

El abordaje temático que se propone investigar en el presente trabajo es la influencia que tienen sobre los adolescentes las nuevas tecnologías, tales como, televisión, video juegos, Internet, redes sociales, telefonía móvil. Concretamente, se pregunta si el uso de estas pueden configurarse en conductas de tipo problemáticas o dependientes, constitutivas de una adicción.

Para comenzar debemos tener en cuenta que la adolescencia es esencialmente una época de cambios. Es la etapa que marca el proceso de transformación del niño en adulto. Se llama adolescencia, porque sus protagonistas son jóvenes de identidad y de una clara definición, que ya no son totalmente niños, pero tampoco son adultos.

Esta Etapa es el momento de la vida en que realmente se comienza a aprender sobre el mundo que nos rodea y a encontrar nuestro lugar en él. Por esto, el adolescente se lanza de forma impetuosa a buscar experiencias porque cree ya ser mayor y suficientemente inteligente para salvar todos los obstáculos que se le atraviesen en su camino hacia la consecución de sus objetivos.

Debido a las características antes expuestas, resulta pertinente conocer los principales conceptos que tienen relación con las adicciones químicas, las cuales son factores de riesgo a los que están expuestos los adolescentes ya que se encuentran en un momento vulnerable de sus vidas, para luego dar lugar a las llamadas adicciones psicológicas, que son el tipo de adicción que se pretende conocer en el presente trabajo.

En esta investigación se mencionarán las Nuevas Tecnologías en un concepto amplio, se puede considerar que el teléfono, la televisión e Internet forman parte de lo que se llama NTIC (nuevas tecnologías de la información y comunicación), tecnologías que favorecen la comunicación y el intercambio de información en el mundo actual. (Wikipedia, 2011).

Estas nuevas tecnologías son inmateriales, ya que la materia principal es la información; permiten la interconexión y la interactividad; son instantáneas; tienen elevados parámetros de imagen y sonido. Al mismo tiempo las nuevas tecnologías suponen la aparición de nuevos códigos y lenguajes, dando lugar también a la realización de actividades inimaginables en poco tiempo. Wikipedia (2011).

Existen distintos tipos de Nuevas Tecnologías, entre ellas se encuentran, Televisión, Telefonía Móvil, Video Juegos, e Internet, las cuales son utilizadas como medio de comunicación, información y entretenimiento. En el presente trabajo vamos a delimitar cada una de ellas, y conocer el uso que le dan los adolescentes.

Es por esto que se considera significativo investigar la influencia que tienen sobre los adolescentes las nuevas tecnologías.

Para ello se ha utilizado un Cuestionario de Detección de Nuevas Adicciones (DENA), el mismo es un cuestionario autoadministrado, ha sido construido en base a uno ya realizado por Labrador Encinas y Villadangos González de la Universidad de Oviedo, España en el año 2010, que fuera aplicado para detectar conductas indicadoras de un posible problema de adicción a 1710 estudiantes de la comunidad de Madrid, con edades entre 12 y 17 años.

El recorte espacial y temporal de la presente temática, se refiere a una determinada población de adolescentes con edades que oscilan entre los 15 a 17 años, pertenecientes a dos escuelas públicas rurales, del Departamento de Junín, Provincia de Mendoza.

La razón de seleccionar esta población, es la de conocer el motivo por el cual los adolescentes utilizan la N.T. en detrimento tal vez, de las relaciones cara a cara, este ha sido el principal motivo por el cual se realiza este estudio.

# PRIMERA PARTE

# MARCO TEÓRICO

# **CAPÍTULO I**

## **ADOLESCENCIA**

### **3. MARCO TEÓRICO**

#### **CAPÍTULO I:**

#### **3.1.ADOLESCENCIA**

##### **3.1.1Definición**

La adolescencia es esencialmente una época de cambios. Es la etapa que marca el proceso de transformación del niño en adulto, es un período de transición que tiene características peculiares. Se llama adolescencia, porque sus protagonistas son jóvenes de identidad y de una clara definición, que ya no son totalmente niños, pero tampoco son adultos, son una especie de híbrido, con rasgos de adulto y resabios de niño.

##### **3.1.2 Características**

La adolescencia se caracteriza por el crecimiento físico y desarrollo psicológico, y es la fase del desarrollo humano situada entre la infancia y la edad adulta. Esta transición es tanto física como psicológica por lo que debe considerarse un fenómeno biológico, cultural y social.

Muchas culturas difieren respecto a cuál es la edad en la que las personas llegan a ser adultas. En diversas regiones, el paso de la adolescencia a la edad adulta va unido a ceremonias y/o fiestas, como por ejemplo en el Benei Mitzvá, que se celebra a los doce años. Aunque no existe un consenso sobre la edad en la que termina la adolescencia, psicólogos como Erik Erikson consideran que la

adolescencia abarca desde los doce o trece años hasta los veinte o veintiún años. Según Erik Erikson, este período de los 13 a los 21 años es la búsqueda de la identidad, define al individuo para toda su vida adulta quedando plenamente consolidada la personalidad a partir de los 21 años. Sin embargo, no puede generalizarse, ya que el final de la adolescencia depende del desarrollo psicológico, la edad exacta en que termina no es homogénea y dependerá de cada individuo etc.

Los estudiosos hablan de la adolescencia como el periodo entre la niñez y la edad adulta el intervalo temporal que cubre suele fijarse entre los 11-12 años y los 18-20 años. Este amplio rango de edades y el hecho de que, la adolescencia se prolongue cada vez más, al ganar terreno a la infancia y a la madurez, hace necesario establecer sub etapas, que significan momentos con diversas problemáticas en la vida de los adolescentes. Así es frecuente diferenciar entre una adolescencia temprana entre los 11-14 años; una adolescencia media entre los 15-18 años y una adolescencia tardía o juventud a partir de los 18 años. Moreno, Amparo y Del Barrio, Cristina (2000).

### **3.1.3 La Adolescencia Como Proceso**

La adolescencia es un proceso, más que una etapa de la vida, en este proceso la persona alcanza madurez en relación con cada una de las esferas vitales en momentos diferentes. Además, es un periodo dotado de una entidad singular, por dos razones: los cambios que se producen cuantitativamente se dan



en mayor proporción y cualitativamente se asiste al desarrollo de una nueva organización psicológica y social.

Tanto los adolescentes como sus familias pueden percibir los años que comprende la adolescencia como una época tormentosa y emocionalmente agresiva plagada de frecuentes enfrentamientos entre unos y otros. Sin embargo, estudios recientes han puesto de manifiesto que esto no es así. Lo cierto es que en la adolescencia se produce un rápido desarrollo físico así como profundos cambios emocionales que, aunque pueden ser excitantes, no obstante también pueden resultar confusos e incómodos tanto para el adolescente como para sus padres.

### **Los cambios de esta etapa de la vida**

La pubertad es el largo proceso de cambios biológicos diversos que desembocan en la maduración completa de los órganos sexuales y por tanto en la capacidad de reproducción, y cuyo comienzo entre los 9 y 16 años marca el inicio de la adolescencia. En la pubertad se producen cambios en diferentes estructuras y fisiología general del individuo: tamaño del cuerpo, forma, funciones vitales. Por esto, la pubertad es un acontecimiento correspondiente a la vida física con implicaciones en la vida psíquica: “ser la misma persona en un cuerpo diferente”.

La importancia del conjunto de los cambios físicos puberales no solo residen en los propios cambios que se experimentan, que los hace diferentes al niño y niña que eran, sino en la manera que los adolescentes viven esos cambios, cómo los interpretan e integran. No es sorprendente que, debido a la velocidad de estos cambios, algunos adolescentes lleguen a estar tan preocupados por su

aparición que precisen ser tranquilizados, especialmente si ellos no crecen o maduran tan rápidamente como lo hacen sus amigos. Puede ser útil el recordar que cada adolescente se desarrolla a una velocidad diferente.

Además de cambios físicos existen modificaciones en el comportamiento, en la forma de enfrentarse intelectualmente a la realidad. Hay transformaciones en la estructura del pensamiento, según Piaget entre los 11 y los 15 años es el periodo de operaciones formales, se producen cambios en la capacidad para procesar la información, desarrollar teorías sobre el mundo y sobre sí mismos, se adquiere una visión diferente de otras personas, de las relaciones interpersonales, de las instituciones sociales, de las reglas morales y de sí mismos. Además, los adolescentes tienen capacidad para elaborar teorías sobre aspectos externos y sobre la propia persona. Se toma como objeto de conocimiento y le surgen preguntas sobre su pensamiento, opinión, deseos y sentimientos. Esto lo lleva a repasar su pasado y proyectar su futuro. Moreno, Amparo y Del Barrio, Cristina (2000).

También, durante este periodo, el adolescente desarrolla su autoconcepto, es decir la percepción y la evaluación que hace de sí mismo, que tiene diferentes matices afectivos, teniendo también una valoración positiva o negativa (autoestima). Este autoconcepto es en relación consigo mismo, con los otros, con respecto al estudio, al trabajo. En cuanto a la identidad, en esta etapa sufre un importante cambio, hay que reorganizarla, dotarla de coherencia, teniendo en cuenta las aspiraciones y las percepciones. Hay adhesiones a valores, creencias, metas educativas, orientación sexual, tomando como base las vivencias infantiles y compaginándolas con los cambios biológicos, cognitivos y las nuevas relaciones. A veces, los problemas emocionales afectan el rendimiento escolar.

Es difícil concentrarse adecuadamente cuando uno está preocupado sobre sí mismo o sobre lo que ocurre en casa. Con esos cambios de carácter

inexplicables, esas sensaciones corporales que se escapan de la comprensión y las ganas de consumirse el mundo y todo aquello que está prohibido.

## **El contexto de los adolescentes**

La adolescencia es el momento de la vida en que realmente se comienza a aprender sobre el mundo que nos rodea y a encontrar nuestro lugar en él. Por esto, el adolescente se lanza de forma impetuosa a buscar experiencias porque cree ya ser mayor y suficientemente inteligente para salvar todos los obstáculos que se le atraviesen en su camino hacia la consecución de sus objetivos. Los adolescentes necesitan al igual que los niños de una vida familiar segura, de un entorno adecuado donde poder encontrar la estabilidad que les conducirá hacia la madurez. Además, desorientados por sus contradicciones internas, buscan con afán un afecto y dirección donde poder comprender qué les está pasando. Es más, el mundo se le aparece bruscamente y así es como él lo explora, sin orden ni concierto, sin inicio lógico. Maersellach, Gloria (2009).

### **3.1.4 Cambios Cognoscitivos En La Adolescencia**

Durante la adolescencia hay una expansión de la capacidad y el estilo de pensamiento que aumenta la conciencia del individuo, su imaginación, su juicio e intuición. Estas mejores habilidades conducen a una rápida acumulación de conocimientos que extienden el rango de problemas y cuestiones que enriquecen y complican su vida.

En esta etapa, el desarrollo cognoscitivo se caracteriza por un pensamiento abstracto y el uso de la metacognición. Ambos aspectos ejercen un profundo influjo en el alcance y el contenido de los pensamientos del adolescente y en su capacidad para emitir juicios morales.

### **Pensamiento abstracto**

Piaget (1972) describió el pensamiento abstracto del adolescente como la característica distintiva de la etapa final del desarrollo cognoscitivo. Todavía hoy, los teóricos discuten si el inicio del pensamiento abstracto es imprevisto y radical o si forma parte de un proceso gradual y continuo.

### **Pensamiento Operacional Formal**

En la teoría de Piaget la etapa final es la del pensamiento formal. Esta nueva modalidad de procesamiento intelectual es abstracta, especulativa e independiente del ambiente y de las circunstancias inmediatas. Comprende considerar las posibilidades y comparar la realidad con cosas que pudieran ser o no. A diferencia de los niños que se contentan con hechos concretos y observables, el adolescente muestra una inclinación creciente a considerar todo como una mera variación de lo que podría ser. El pensamiento de las operaciones formales exige la capacidad de formular, probar y evaluar hipótesis. Requiere manipular no solo lo conocido y verificable, sino también las cosas contrarias a los hechos.

Los adolescentes muestran asimismo una capacidad cada día mayor para planear y prever.

El pensamiento operacional formal puede entonces definirse como un proceso de segundo orden. Si bien el pensamiento del primer orden consiste en descubrir y examinar las relaciones entre objetos, el de segundo orden consiste en reflexionar sobre nuestros pensamientos, buscar los nexos entre las relaciones y transitar entre la realidad y la posibilidad.

A continuación se incluyen tres cualidades notables del pensamiento del adolescente:

1-La capacidad de combinar las variables relevantes para hallar la solución de un problema.

2-La capacidad de proponer conjeturas sobre el efecto que una variable tendrá sobre otra.

3-La capacidad de combinar y separar las variables en forma hipotético-deductiva.

En general se acepta que no todos los individuos logran dominar el pensamiento operacional formal. Más aun, los adolescentes y los adultos que lo alcanzan no siempre lo utilizan de manera constante. Por ejemplo, en situaciones nuevas ya ante problemas desconocidos la gente tiende a retroceder a un razonamiento más concreto. Al parecer es indispensable cierto grado de inteligencia para el pensamiento de las operaciones formales. Intervienen, además los factores culturales y socioeconómicos, en especial la escolaridad. La observación de que no todos dominan el pensamiento operacional formal ha llevado a algunos psicólogos a proponer que se le considere una extensión de las operaciones concretas más que una etapa independiente. Piaget (1972) incluso admitió la posibilidad de que así fuera. No obstante, insistió en que los elementos de este tipo de pensamiento son imprescindibles para estudiar ciencias y matemáticas avanzadas.

No todos los teóricos del desarrollo aceptan la idea piagetiana de cambios cualitativos drásticos en la capacidad cognoscitiva. Algunos afirman que la

transición es mucho más gradual, con fluctuaciones entre el pensamiento de las operaciones formales y otras modalidades cognoscitivas anteriores.

El desarrollo cognoscitivo es un proceso continuo y es posible que hasta los niños pequeños posean habilidades operacionales formales latentes. Algunos niños pueden manejar el pensamiento abstracto. Es factible que el mejor dominio de las habilidades lingüísticas y la mayor experiencia con el mundo expliquen la aparición de estas capacidades en el adolescente y no las nuevas habilidades cognoscitivas.

Por su parte, los teóricos del procesamiento de la información ponen de relieve el mejoramiento de la metacognición en el adolescente. Aprende a examinar y a modificar de manera consciente los procesos de pensamiento porque ha perfeccionado la capacidad para reflexionar sobre el pensamiento, formular estrategias y planear.

Así pues, el desarrollo cognoscitivo durante la adolescencia abarca lo siguiente:

- 1- Empleo más eficaz de componentes individuales de procesamiento de información como la memoria, la retención y la transferencia de información.
- 2- Estrategias más complejas que se aplican a diversos tipos de solución de problemas.
- 3- Medios más eficaces para adquirir información y almacenarla en formas simbólicas.
- 4- Funciones ejecutivas de orden superior: plantación, toma de decisiones y flexibilidad al escoger estrategias de una base más extensa de guiones.

Desde la perspectiva de la inteligencia, Robert Sternberg (1984, 1985) especificó tres componentes mensurables del procesamiento de la información, cada uno con una función propia:

1- Metacomponentes- Procesos de control de orden superior con los cuales se planea y se toman las decisiones; por ejemplo, la capacidad para elegir una estrategia de memoria y supervisar la eficacia con que esté funcionando (metamemoria).

2- Componentes del desempeño- Proceso con que se llega a la solución de un problema. A esta categoría pertenecen la selección y la recuperación de información relevante guardada en la memoria a largo plazo.

3- Componentes de la adquisición de conocimientos (almacenamiento)- Proceso que se utiliza en el aprendizaje de nueva información.

En lo esencial, “los metacomponentes son un mecanismo que permite crear estrategias y organizar los otros dos tipos de componentes en procedimientos orientados a metas”. Siegler (1991). Se considera que todos esos procesos aumentan de manera gradual durante la niñez y la adolescencia.

En resumen, el desarrollo cognoscitivo y, por lo mismo, el crecimiento de la inteligencia, abarcan tanto la acumulación de conocimientos como el perfeccionamiento del procesamiento de la información. Son dos procesos interrelacionados. Los problemas se resuelven de manera más eficaz cuando se ha almacenado información abundante y pertinente. Los individuos que tienen estrategias eficaces de almacenamiento y recuperación crean una base más completa de conocimientos. Los adolescentes resuelven los problemas y hacen inferencias en forma más adecuada y satisfactoria que los niños de edad escolar; pero también poseen más guiones o esquemas a los cuales recurrir. Hay que recordar que en la etapa preescolar los niños elaboran guiones simples para las actividades diarias. En cambio, el adolescente prepara guiones más complicados para circunstancias (un juego de pelota) o procedimientos especiales (la elección del presidente de un grupo). Cuando trata de resolver un problema, hace inferencias sobre su significado relacionándolas con sus guiones especiales más complejos.

## **Introspección y Egocentrismo**

Un aspecto importante del pensamiento de las operaciones formales es la capacidad para analizar los procesos del pensamiento propios. Los adolescentes lo hacen con mucha frecuencia; además de conocerse a sí mismos, conocen a los demás. Al tomar en cuenta la idea de los otros, en combinación con la inquietud de los adolescentes por su propia “metamorfosis”, se origina una clase especial de egocentrismo. Suponen que los demás están tan fascinados con su personalidad como ellos. A veces, no distinguen sus preocupaciones de las de los otros. Tienden, pues, a sacar conclusiones precipitadas sobre las reacciones de quienes los rodean y a suponer que adoptarían la misma actitud de complacencia o de crítica que ellos.

Se da el nombre de audiencia imaginaria a la idea del adolescente de lo que están vigilando y juzgando de continuo Elkin (1967). Su imaginación se concentra en sí mismo; por ello, esta audiencia comparte su interés por los pensamientos y sentimientos personales. El adolescente se sirve de ella para “ensayar” varias actitudes y conductas. La audiencia imaginaria es, asimismo, fuente de autoconciencia- sensación de estar constante y dolorosamente ante la vista de la gente. En virtud de que el adolescente no está seguro de su identidad personal, reacciona de modo exagerado ante las ideas de quienes tratan de saber quién es.

Los adolescentes están ensimismados en sus propios pensamientos. Algunas veces creen que sus emociones son únicas y que nadie ha sentido ni sentirá el mismo grado de sentimiento o de éxtasis. Como parte de esta variación del egocentrismo, algunos adolescentes desarrollan una fábula personal- sensación de que son tan especiales que deberían estar por encima de las leyes de la naturaleza, que nada malo puede ocurrirles y que vivirán para siempre. Esta



creencia de ser invulnerable e inmortal quizá origina la conducta riesgosa que es tan frecuente durante la adolescencia.

La fantasía del expósito se relaciona con la fábula personal. Los adolescentes están convencidos de que sus padres tienen muchas deficiencias. No aciertan a imaginar cómo dos personas tan comunes y limitadas pudieron haber procreado una persona tan sensible y especial: a “mi”. Como esto no es posible desde luego, el adolescente debe ser un hijo adoptivo o expósito. Pero, por fortuna, el egocentrismo normalmente empieza a desaparecer entre los 15 y los 16 años, a medida que se dan cuenta de que la gente no le presta mucha atención y de que también ellos están sujetos a las leyes naturales como cualquier otra persona.

En suma, la adolescencia a veces es una experiencia intelectualmente intoxicadora. El adolescente dirige a veces hacia su interior los nuevos poderes del pensamiento para examinar mejor su yo y también hacia un mundo exterior que de repente se ha vuelto mucho más complicado.

### **3.1.5 Adolescencia Y Las Nuevas Tecnologías**

La adolescencia es un fenómeno psicológico, biológico, social y cultural. Es el periodo donde el individuo se desarrolla hacia la adquisición de la madurez psicológica a partir de construir su identidad personal (Castellana, 2003; 2005). También es un periodo importante por sus propias características evolutivas: omnipotencia, tendencia a buscar la causa de sus problemas en el otro (culpar al exterior), poca experiencia de vida, dificultad de reconocer adicciones sutiles y necesidad de normalizar conductas de riesgo.

Todas estas características convierten a la adolescencia en un periodo sumamente susceptible de sufrir conductas adictivas u otros trastornos psicológicos relacionados con el uso de alguna de las aplicaciones de las TIC.

Aunque, para Matute (2003, pág. 66), se trata sobre todo de usuarios inexpertos y no de posibles adictos, no se debe olvidar que la necesidad del adolescente para acceder a la comunicación e información (actualmente elevada, heterogénea y cambiante) y el hecho de que siempre son usuarios inexpertos, aumenta la vulnerabilidad de este colectivo. Mientras los usuarios experimentados dedican más tiempo al correo electrónico, actividades relacionadas con su trabajo, consulta de noticias y de información, los usuarios noveles pasan más tiempo en chats y otros servicios de ocio (Matute, 2003).

### **3.1.6 Adolescentes e Internet**

Internet puede definirse como una red de redes de ordenador para compartir datos y recursos (Madrid, 2000).

El abaratamiento de los costos de conexión, las mejoras tecnológicas y la llegada masiva de ordenadores personales a los hogares, provoca un crecimiento exponencial del número de usuarios; por este motivo, cada vez adquieren mayor importancia las respuestas de los usuarios y conviene valorar algunos efectos que la irrupción de Internet produce en sus conductas (Chamarro y Hernández, 2005).

El uso que hace el adolescente de Internet es relevante.

Respecto a los motivos que mueven al adolescente a conectarse a la red, se ha venido observando que giran entorno a la posibilidad de estar en contacto y vincularse con su grupo de iguales superando la distancia física, así como

expresar y hablar de temas que desde la relación cara a cara les sería difícil o imposible de realizar.

El efecto desinhibidor del anonimato y la ausencia de contacto visual le permite expresar alguna necesidad o emoción desagradable o, en otras ocasiones, ser honesto, abierto y expresar emociones sobre asuntos personales que no podrían ser fácilmente discutidos frente a frente (King, 1996). El adolescente se encuentra en un mundo diferente, sin las limitaciones del mundo “real”, un lugar donde se oculta la vergüenza y surgen las intimidades de su mundo interno (Fiel, 2001).

Así mismo, en estas edades el atractivo de Internet aumenta porque incluye la relación virtual con amigos y desconocidos y porque la ausencia de elementos de la comunicación no verbal facilita la interacción y posibilita enmascarar la identidad personal, hecho que puede provocar la vivencia de una experiencia placentera y de excitación aliviando el aburrimiento, la tensión, la depresión y la ansiedad (Fiel, 2001); también permite la correspondencia con los iguales las veinticuatro horas, contactar con personas que de otra forma no habría conocido, mantener el contacto con amigos al mínimo coste y ser tenido en cuenta (Castellana ,Sánchez-Carbonell, Beranuy y Graner, 2006).

El uso que el adolescente hace de Internet puede ser problemático cuando el número de horas de conexión afecta al correcto desarrollo de la vida cotidiana, causándole estados de somnolencia, alteración del estado de ánimo, reducción de las horas dedicadas al estudio o a sus obligaciones. Al igual que en el adulto, puede darse ansiedad o impaciencia por la lentitud de las conexiones, o por no encontrar a quien busca, irritabilidad en el caso de interrupción y dificultad para salir de la pantalla (Echeburúa, 1999). Los adolescentes adictos a Internet entrevistados por Tsai y Lin (2003) tenían síntomas de uso compulsivo y abstinencia, tolerancia y problemas escolares, sanitarios, familiares, económicos y de gestión del tiempo. Así mismo, Internet se asocia a un mayor malestar

psicológico donde se limitan las formas de diversión y se reducen las relaciones sociales (Viñas, Juan, Villar y cols., 2002).

Conviene tener en cuenta que todas las aplicaciones a Internet no tienen la misma capacidad adictiva. El riesgo de adicción a Internet en la adolescencia está directamente relacionado con el grado de relación social de cada aplicación, la naturaleza de la relación que el jugador establece con otros internautas, la dimensión para explorar, la incertidumbre y la posibilidad de alcanzar un estatus que le diferencie de los demás Sánchez- Carbonell y cols. (En prensa). Otros factores son la interacción que se establece entre el adolescente y el ordenador (Echeburúa, 1999; Griffiths, 2000) y la sincronía de la respuesta (prácticamente en tiempo real). Por ejemplo, los juegos de rol en línea denominados Massively Multiplayer Online Games (MMOG) son altamente adictivos debido al alto grado de comunicación, al tipo de interacción con el ordenador y a la rapidez de la respuesta.

### **3.1.7 Adolescentes y telefonía móvil**

Los adolescentes se han convertido en los principales usuarios de los diferentes servicios que ofrece la telefonía móvil a los que dedican cada vez más tiempo y recursos económicos. Para esta generación, los teléfonos móviles son objetos que siempre han existido, hecho que les convierte en expertos para poder elegir el medio, lugar y el momento en que hace falta utilizar el móvil.

Encontramos dos explicaciones sociológicas sobre el éxito del móvil entre los adolescentes. Por un lado, Ling (2002) lanza un concepto enormemente fértil, en el que la adquisición del teléfono móvil se considera un “ritual de paso”, al igual

que el reloj o la pluma en la primera comunión, el móvil puede ser un objeto de iniciación a la adolescencia. Por el otro, Forutnati y Manganelli (2002) hablan de “hermandad virtual”, fenómeno entendido como el sentimiento de fraternidad que surge entre jóvenes por compartir sentimientos, emociones, y pensamientos. Mientras los más jóvenes ven el móvil como consola de juegos y adoptan, ante él, una actitud lúdica (Oksman y Rautiainen, 2002), los mayores utilizan el móvil para organizarse y coordinarse (O’Keefe y Sulanowski, 1995).

Todos los usos provocan unos gastos importantes que asumen, en parte o totalmente, los padres.

El teléfono móvil tiene varios significados en la vida de los adolescentes. Por un lado, el móvil constituye una parte natural e importante de su cotidianidad y lo utilizan como medio para organizar las actividades de la vida diaria, también se ha convertido en un medio para construir un vínculo social y para definir el propio espacio de cada cual en relación con los otros (Oksman y Rautiainen, 2002). Por otro, el móvil interviene significativamente en la socialización porque permite definir la identidad del adolescente tanto individualmente, a base de personalizar el aparato de varias formas, colores, tonos, etc., como colectivamente creando un lenguaje especial de grupo, mensajes de texto y llamadas perdidas. El móvil se utiliza predominantemente para establecer contactos a corta distancia. Así mismo, el móvil actúa de barrera de seguridad frente a los padres desde el momento en que estos no pueden acceder a su teléfono personal (Lorente, 2002).

Paralelamente, hay dos razones por las cuales los padres comprarían un móvil a sus hijos, la primera es la necesidad de control y la segunda asegurar una unión con ellos (Kamibeppu y Siugiura, 2005). Según Sánchez-Carbonell y cols. (en prensa) las razones por las cuales el móvil es tan atractivo para el adolescente son variadas: a) tipología de la comunicación que permite el contacto continuo e inmediato con la red de relaciones sociales y expandirla, b) tiempo y privacidad porque el móvil es atemporal, este hecho

permite conectarse con rapidez a cualquier hora del día o de la noche, así como “escapar” del control paterno; c) identidad personal ya que el grado de personalización que permite el móvil facilita el proceso de adquisición de la identidad personal; d) socialización en tanto que el móvil fomenta el proceso de emancipación de los padres y entre los adolescentes es un símbolo de estatus social; e) instrumentalidad referida al uso del aparato como despertador, reloj de bolsillo, grabadora, agenda, plataforma de juegos o radio.

La telefonía móvil a esta edad tiene unas características de uso completamente diferentes de las del adulto.

Las actividades que forman parte esencial de la cultura del teléfono móvil de los adolescentes son el uso intensivo de SMS, las llamadas perdidas, los juegos (Kasesniemi y Rautiainen, 2001); el alto porcentaje de conversaciones con los amigos y una fuerte necesidad de personalización (Mante y Piris, 2002).

Además, se observan conductas desadaptativas alrededor del uso del móvil que modifican la vida diaria de los adolescentes y son indicadores de riesgo. Según de la Gándara y Álvarez (2004), el riesgo llega cuando no son capaces de desprenderse de su móvil incluso en situaciones técnicamente dificultosas, comprueban rápidamente la batería o la cobertura y además no se caracterizan tanto para la necesidad de llamar sino para sentirse receptores constantes de llamadas. Conviene tener presente, cuando se trata de adolescentes, su vulnerabilidad frente al uso del móvil, debida a que aún no tienen un control completo de sus impulsos, son más fácilmente influenciados por campañas publicitarias y han aceptado el móvil como un símbolo de estatus, provocando sentimientos negativos y problemas de autoestima en los que no tienen móvil o que no reciben tantas llamadas o sms como sus compañeros (Muñoz-Rivas y Agustín, 2005).

La Adicción al móvil está muy cuestionada. Aunque no se dispone de literatura científica con datos fiables sobre su prevalencia, sintomatología o casos

clínicos, los medios de comunicación insisten en su poder adictivo e informan de centros para su tratamiento (Beranuy y Sánchez-Carbonell, en prensa). De hecho, hay mucha menos literatura científica sobre adicción al móvil que sobre adicción a Internet (Guardiola, Sánchez-Carbonell, Beranuy y Bellés, 2006). El móvil, no tiene la capacidad reforzante inmediata de Internet. Por tanto, en este caso parece prudente hablar de uso desadaptativo y no de un patrón adictivo. Uso que podría remitir en adultos y adolescentes con las adecuadas pautas educativas. A continuación exponemos algunos síntomas producto de un uso excesivo y desadaptativo del móvil: incapacidad para controlar o interrumpir su uso (Muñoz-Rivas y Agustín, 2005), mantener la conducta a pesar de tener conciencia de los efectos negativos que conlleva, adolescentes y niños pueden llegar a engañar, mentir o robar a los padres para recargar el saldo, siendo éste el signo más evidente y que produce una alerta más intensa en los padres (Criado, 2005), incurrir en infracciones al emplear el móvil en circunstancias indebidas o en los lugares donde está prohibido (Adès y Lejoyeux, 2003; Muñoz-Rivas y Agustín, 2005), efectos secundarios en la salud, sobre todo efectos en el sueño debidos a las redes nocturnas<sup>1</sup> (Muñoz-Rivas y Agustín, 2005) y problemas en el ámbito, social, familiar y escolar como llegar tarde, o contestar un sms en medio de una clase (Muñoz-Rivas y Agustín, 2005).

Muchos adolescentes no pueden evitar desatender una conversación cara a cara por la irrupción de una llamada o de un sms; este hecho impacta en sus relaciones sociales de forma excesiva (Kamibeppu y Sugiura, 2005; Bianchi y Phillips, 2005) y provoca que estén más pendientes de las relaciones telefónicas que de las personales (Adès y Lejoyeux, 2003). Todo ello tiene influencia en los estilos de comunicación y podría ayudar a explicar por qué con el tiempo los usuarios más jóvenes que hablan mucho por el móvil no saben qué decir cuando se encuentran cara a cara. (Criado, 2005). Así mismo ayuda a comprender las dificultades que se observan en los adolescentes cuando han de conversar cara a cara y poner palabras en lo que sienten y piensan (Castellana, 2005). Por último,

el teléfono móvil no es sólo un dispositivo técnico, sino que también es un objeto personal y social sometido, como ningún otro, a las influencias de la moda y, a esta edad- tan determinante de la identidad individual y grupal - se ha convertido en una auténtica revolución social.

### **3.1.8 Adolescentes y Videojuegos**

Los videojuegos son una forma de entretenimiento que no deja de crecer y hoy en día representa un negocio millonario. Miles de personas (mayoritariamente niños y adolescentes) juegan con los videojuegos en sus distintas formas y tipos (Levis, 2002).

Las motivaciones que llevan al adolescente a practicar con los videojuegos son variadas (Castellana, Sánchez-Carbonell, Beranuy y Graner, 2006): permiten vivir una aventura en primera persona donde el adolescente pone en práctica estrategias en un entorno virtual sin consecuencias en la vida real; infieren en valores como la tecnología, la informática y la novedad; son cómodos, accesibles y económicos y se pueden realizar en grupo o en solitario, en casa o en un cyber; influyen en la autoestima, la confianza en uno mismo y la capacidad de superación y son emocionalmente estimulantes debido a su intensidad y rapidez.

Podemos dividir los videojuegos según su temática (Rodríguez, 2002): juegos de plataforma (Supermario BROS), simuladores (GT2, Fly Fortress), deportivos (FIFA), de estrategia deportiva (PCFutbol), de estrategia no deportiva (The Sims), de disparo (Quake), de lucha (Mortal Kombat), de aventura (Tomb Raider) y de rol (Final Fantasy). Los más jóvenes (7-11 años) prefieren juegos de



lucha y de aventura, los de más edad (11-18 años) eligen videojuegos tipo simuladores, de rol y deportivos.

En cuanto al género, observamos que la inclusión de las chicas en el mundo de los juegos electrónicos no sigue el mismo ritmo ni intensidad que la de los chicos (Pifarré y Rubiés, 1997). Los chicos disponen de videoconsolas con mayor porcentaje en comparación con las chicas. Los chicos parecen muy interesados por este tipo de juego, a través del cual pueden demostrar las habilidades, imaginación y competitividad, mientras que las chicas están más interesadas en otro tipo de tecnologías como el móvil (Malo y cols., 2005) o los chats y el correo electrónico (Figuer y cols., 2005).

Por lo que se refiere al tipo de juego, los chicos prefieren simuladores, deportivos, de estrategia deportiva y de lucha, mientras que las chicas muestran preferencia por juegos con una connotación de género no tan marcada, por ejemplo, *The Sims* (Pifarré y Rubiés, 1997).

Según Estallo (1995), el adolescente pasa a utilizar con más frecuencia el videojuego por el efecto de la novedad, y en la mayoría de casos esta conducta remitirá espontáneamente o con la ayuda de la familia. No obstante, muchos jóvenes explican que durante un periodo de su vida los videojuegos perjudicaron su rendimiento escolar, motivaron tensiones familiares, redujeron sus relaciones sociales. Reconocen que escondieron a su familia síntomas como la pérdida de control (jugar más de lo previsto), perder la noción del tiempo y obsesionarse por un juego concreto.

Los videojuegos reciben críticas desde su aparición y siguen siendo vistos con la misma desconfianza e inquietud que hace más de veinte años. Según la revisión realizada por Estallo (1995), las críticas más frecuentes en relación a la adolescencia son; en primer lugar, el tiempo de juego es visto en detrimento de tiempo dedicado al estudio o a otras actividades de ocio más positivas y educativas; en segundo lugar, favorecen una pauta de conducta impulsiva,

agresiva y egoísta en los usuarios que más lo utilizan, sobre todo cuando se juega con juegos violentos; y en último término la conducta adictiva de estos jugadores inhibe el desarrollo de pautas de conducta más constructivas.

Sin embargo, no deben olvidarse los argumentos favorables a los videojuegos: entretienen y divierten; estimulan la coordinación óculo-manual; promueven procesos cognitivos complejos como atención, percepción visual, memoria y secuenciación de información; se adquieren estrategias para 'aprender a aprender' en entornos nuevos; refuerzan el sentido del dominio y control personal, reducción de otras conductas problemáticas, potencian la autoestima y facilitan las relaciones sociales entre jugadores (Estallo, 1995; Gee, 2004; Rodríguez, 2002).

# **CAPÍTULO II**

## **ADICCIONES**

## CAPÍTULO II

### 3.2 ADICCIONES

En el presente capítulo, se abordarán los principales conceptos que tienen relación con las adicciones químicas, para luego dar lugar a las llamadas adicciones psicológicas, que son el tipo de adicción que resulta pertinente conocer en la investigación.

#### 3.2.1 Conceptos

Los conceptos detallados a continuación son tomados del Manual para operadores terapéuticos en adicciones. Equipo Interdisciplinario de Cable a Tierra (2001).

- *Droga*: Toda sustancia que introducida en un organismo vivo pueda modificar una o varias de sus funciones.
- *Droga de abuso*: Es aquella droga de uso no médico con efectos psicoactivos, es decir capaz de producir cambios en la percepción, el estado de ánimo, la conciencia y el comportamiento, siendo la misma susceptible de ser autoadministrada.
- *Sinónimos*: Desde el punto de vista práctico se puede considerar como sinónimos los términos de drogadependencia, adicción y toxicomanía.

- *Toxicomanía*: Hace referencia al estado de intoxicación periódica o crónica del consumidor de una sustancia. Con este término se indica el uso no médico y el sufijo manía hace hincapié en la exaltación afectiva buscada con la autoadministración de la droga.
- *Adicción*: Es la necesidad imperiosa de consumir que tiene un sujeto sin tener en cuenta las consecuencias nocivas para él y su entorno.
- *Uso de sustancias*: El uso de sustancias no tiene ninguna significación clínica ni social, significa solamente consumo, sin que se produzcan efectos médicos, familiares y sociales.
- *Abuso de sustancias*: Es un concepto ambiguo porque hace referencia a las costumbres propias de cada cultura. Lo que una sociedad considera normativo en un momento de su historia, puede parecer abusivo para otra civilización, o para la misma en un momento diferente.

Según la Organización Mundial de la Salud una adicción es una enfermedad física y psicoemocional, En el sentido tradicional es una dependencia hacia una sustancia, actividad o relación (codependencia). Está representada por los deseos que consumen los pensamientos y comportamientos (síndrome de abstinencia) del adicto, y éstos actúan en aquellas actividades diseñadas para conseguir la sensación o efecto deseado y/o para comprometerse en la actividad deseada (comportamientos adictivos). A diferencia de los simples hábitos o influencias consumistas, las adicciones son "dependencias" que traen consigo graves consecuencias en la vida real que deterioran, afectan negativamente, y destruyen relaciones, salud (física y mental), además de la capacidad de funcionar de manera efectiva.

En la actualidad se acepta como adicción, cualquier actividad que el individuo no sea capaz de controlar, que lo lleve a conductas compulsivas y

perjudique su calidad de vida, como por ejemplo puede existir, adicción al sexo, al juego (ludopatía), a la pornografía, a la televisión, a las nuevas tecnologías (tecnofilia), etc.

### **Criterios Para Detectar El Abuso De Sustancias**

Están dados por un patrón de consumo de sustancias que conlleva un deterioro o malestar clínicamente significativos. Esto se encuentra expresado por uno (o más) de los ítems siguientes en un período de 12 meses:

*Consumo recurrente de sustancias.*

Esto da lugar al incumplimiento de obligaciones en el trabajo, la escuela o en casa. Por ejemplo: ausencias repetidas, rendimiento pobre, suspensiones o expulsiones, descuido de los niños o de las obligaciones del hogar.

*Consumo recurrente de sustancias en situaciones en las que hacerlo es físicamente peligroso.*

Por ejemplo: conducir un automóvil o accionar una máquina.

*Reiterados problemas legales relacionados con drogas.*

Por ejemplo: arrestos por comportamientos escandalosos

### **Dependencia De Sustancia**

Siguiendo la Organización Mundial de la Salud se puede conceptualizar la dependencia como: “aquella situación en la que se prioriza el uso de una

determinada sustancia psicoactiva frente a otras conductas consideradas antes como más importantes”.

### *Dependencia Física*

La droga se ha incorporado al metabolismo del sujeto. El organismo se ha habituado a la presencia de constante de la sustancia, de tal manera que necesita mantener un determinado nivel en sangre para funcionar con normalidad. Cuando este nivel desciende por debajo de cierto umbral, aparece el síndrome de abstinencia característico de cada droga.

La dependencia física es relativamente fácil de romper tras un periodo de desintoxicación que, con ayuda o no de fármacos, puede prolongarse como máximo durante quince días, en función de cada droga.

### *Dependencia Psíquica*

Compulsión a consumir periódicamente la droga de que se trate para experimentar un estado afectivo positivo (placer, bienestar, euforia, sociabilidad, etc.) o liberarse de un estado afectivo negativo (aburrimiento, timidez, estrés, etc.).

Este es el aspecto más trabajoso, ya que hay que desactivar la dependencia psíquica, propiciando cambios en la conducta y emociones del sujeto que le permitirán funcionar psíquicamente (obtener satisfacción, superar el

aburrimiento, afrontar la ansiedad, superar la frustración, establecer relaciones sociales, etc.) sin necesidad de recurrir a las drogas.

### **Criterios Para Detectar La Dependencia De Sustancias**

Están dados por un patrón de consumo de sustancias que conlleva un deterioro o malestar clínicamente significativos. Esto está expresado por tres (o más) de los ítems siguientes dentro de un período continuado de doce meses:

#### *Tolerancia:*

Se dice que una droga produce tolerancia cuando es necesario ir aumentando la cantidad consumida para experimentar los mismos efectos. O lo que es lo mismo cuando los efectos de la misma cantidad son cada vez menores.

#### *Cantidad y tiempo:*

La sustancia es tomada con frecuencia en cantidades mayores o durante un periodo más largo de lo que inicialmente se pretendía.

#### *Deseos de interrupción y obtención:*



Existe un deseo persistente o esfuerzos infructuosos de controlar o interrumpir el consumo de la sustancia. Además, se emplea mucho tiempo en actividades relacionadas con la obtención de ella (por ejemplo: visitar a varios médicos o desplazarse varias distancias), en el consumo o recuperación de los efectos de la misma.

#### *Consecuencias en lo social y en la salud:*

Reducción de importantes actividades sociales, laborales o recreativas debido al consumo de la sustancia. Además, se continúa consumiendo drogas a pesar de tener conciencia de problemas psicológicos o físicos recidivantes o persistentes que parecen causados o exacerbados por el consumo de las mismas. Por ejemplo: consumo de la cocaína a pesar de saber que provoca depresión, o continuada ingesta de alcohol a pesar de que se empeora una úlcera.

#### *Abstinencia:*

Se entiende en su sentido estricto como el no consumo de drogas o su cese tras un periodo más o menos largo de uso, abuso o dependencia.

#### *Síndrome de abstinencia:*

También llamado síndrome de retirada o de privación.

Es un conjunto de síntomas físicos y psíquicos que aparecen al interrumpir o disminuir el consumo de una droga de la que se depende. Cada

sustancia da lugar a un síndrome de abstinencia característico. Existen dos tipos de síndrome de abstinencia:

*Síndrome de abstinencia agudo:*

Se presenta con síntomas físicos, psicológicos y mentales provocados por la falta de drogas en el transcurso de los 3 a los 10 días.

### **Formas De Consumo De Las Drogas**

- *Experimental*

Consumo fortuito durante un período de tiempo limitado. La droga se puede probar una vez y en ocasiones varias veces, pero ya no se vuelve a consumir. Podrían postularse como motivos de este consumo: curiosidad, sentirse adulto o sentirse parte de un grupo.

- *Ocasional*

Consumo intermitente, cuya principal motivación es obtener mayor desinhibición para lograr una más amplia integración. En este consumo la persona discrimina bien el tipo de droga que quiere y donde usarla.

- *Habitual*

Consumo que tiene lugar a diario, con doble propósito; por un lado aliviar el malestar psicorgánico (dependencia física y/o psíquica), y por otro mantener un rendimiento determinado. Presenta menores alteraciones del comportamiento.

- *Compulsivo*

Consumo muy intenso durante varias veces al día. Presenta un trastorno muy importante del comportamiento que da lugar a un sinnúmero de consecuencias sociales.

### **Multicausalidad De Las Adicciones**

Es de suma importancia tener en cuenta que las adicciones no responden a una sola causa, sino a los diversos aspectos en los que se encuentra implicado el sujeto. De esta manera se puede comprender que la problemática es compleja y hay que abordarla en su totalidad.

En este sentido, existen también numerosos factores que tienen en común los sujetos adictos.

Algunos de estos aspectos sobresalientes son, que en general estas personas tienen baja autoestima y dificultades para comunicarse y que en algún sentido se encuentran alienados. También se identifican con estereotipos y carecen de proyectos de vida. Además, entablan vínculos superficiales y cambiantes con las demás personas. Equipo interdisciplinario de Cable a Tierra (2001)

Por otra parte, tienen padres que, (en el caso de los más jóvenes o cuando los que hoy son adultos, lo fueron) no establecen reglas claras ni ponen límites, y en algunos casos los abandonan, no sólo físicamente sino en lo afectivo. Por esto y otras causas no hay que olvidar que el debilitamiento de las relaciones familiares, por cualquier motivo que fuese, favorece las adicciones. Equipo interdisciplinario de Cable a Tierra (2001)

Como toda problemática social no está aislada del contexto socio-histórico. Por lo tanto los sujetos se encuentran condicionados por un modelo económico de exclusión y todo lo que ello implica.

En este modelo económico de exclusión, creciente en nuestra sociedad, los sujetos no tienen igualdad de oportunidades, ya que se está provocando una división de clases, cada vez más profunda, en la que un determinado grupo tiene la posibilidad de satisfacer todas sus necesidades y además contar con una posición económica que les permite acceder a una educación superior, a servicios de salud privados, cuenta con cierto poder para alcanzar las metas que se propongan, etc., mientras que la otra parte de la sociedad, está cada vez más empobrecida, impidiendo así alcanzar a satisfacer sus necesidades básicas, se encuentran excluidos, no tienen acceso a un trabajo estable, por ende tampoco a una educación, ni servicios de salud dignos.

Esto es parte de una sociedad fragmentada, en la que, los que se encuentran excluidos, también se vuelven más vulnerables, y es allí cuando buscan combatir su problemática y encuentran refugio en las distintas adicciones, alcohol, drogas, etc., provocando cada vez más esa división, porque aumenta la delincuencia, la deserción escolar, la desocupación, aumentando el quiebre social, que cada día se percibe más.

## **La Emergencia De La Adicción En Una Familia Y Una Sociedad En Crisis.**

### *Sociedad*

En la actualidad vivimos en una sociedad en constante crisis, debido al paso del modernismo al post-modernismo quien trae aparejado un cambio en los roles, y confusión de los mismos, falta de modelos a seguir y ausencia de autoridad.

Se puede ver un creciente consumismo, debido a una excesiva oferta en productos materiales de todo tipo, y la demanda de estos provoca una sociedad con un marcado individualismo en relación a los vínculos con los demás y con el contexto, también una mayor competencia, en lugar de cooperación, lo que genera también violencia en todos los ámbitos, y desprecio de la vida en todas sus formas.

Los equipos electrónicos (Computadora, televisor, etc.), han alcanzado un lugar de suma importancia entre los miembros de la sociedad, ya que dedican la mayor parte de su tiempo a la utilización de los mismos, dejando así de lado, la comunicación con los demás y las relaciones cara a cara.

### *Ámbito familiar*

En la Familia también se logra ver cambios, que impactan en el vínculo de sus miembros y en la forma en que estos se relacionan y comunican, entre ellos y con los demás.

Es muy frecuente la violencia familiar, tanto física como verbal y emocional, también la existencia de adicciones en los padres y como mencionaba anteriormente, no hay modelos a seguir ya que los padres muchas veces no están preparados para asumir responsabilidades familiares, y esto lleva a la falta de autoridad y a un cambio en los roles que cada uno cumple dentro del ámbito familiar.

Con respecto a lo económico, y debido al creciente consumismo, y otros factores como la globalización, el liberalismo económico etc., los padres le más importancia a ganar dinero, aumentar la cantidad de horas de trabajo y de esta manera se ausentan del hogar mayor tiempo, descuidando otros valores, y siendo indiferentes con sus hijos

### *Hijo adicto*

Cuando en una familia se presenta, la violencia, la falta de autoridad, el valor por lo económico, la falta de comunicación entre padres e hijos, la falta de límites, etc., los hijos no alcanzan una identidad propia, no logran internalizar normas, son dependientes y eso los lleva a formar relaciones afectivas superficiales y por ende cambiantes.

Al intentar agradar a los demás, ya sea para ser aceptado por sus pares o para formar parte de algún grupo de adolescentes, es ahí cuando se apodera de ellos el impulso, como modo de conducción, el principio de placer sobre el principio de realidad.

Se puede percibir en ellos, un descuido personal y desvalorización de sí mismos, lenguaje de adicción que no era usual en ellos, dificultad para madurar

psicológicamente, y el impedimento de formar relaciones afectivas duraderas, además se muestran aislados e individualistas, y en ocasiones violentos, ante todo lo anteriormente mencionado, la respuesta es la droga.

## **Motivaciones Para Consumir Drogas**

Existen distintas motivaciones para el consumo de drogas y estas se clasifican en:

- *Motivaciones de respuesta social.*

Aquí convergen el desacuerdo tácito o expreso y la situación psico- social vivenciada por el individuo. La droga es mediadora de respuestas concretas: huida, libertad, pasividad.

También están las que giran en torno al logro de una mejor adaptación a las normas sociales establecidas, y a la consecución de respuestas adecuadas a las exigencias de las mismas: para estudiar o trabajar mejor, para facilitar el contacto social o para no ser tenido por raro.

Otras se refieren a la exclusión- inclusión con respecto al grupo de pertenencia: sentirse rechazado, o no aceptado por la familia o en el trabajo, deseo de ser miembro de un grupo.

- *Motivaciones experimentales.*

Es la experiencia de una situación psicológica individual que hace referencia a la búsqueda del placer.

- *Motivaciones sintomatológicas.*

Son las situaciones de tensión, estrés, “nervios”, insomnio, dolor y otras que se utilizan como razones del uso de drogas.

### **3.2.2 Adicciones Psicológicas**

El concepto de adicción ha ido muy estrechamente ligado al uso de sustancias tóxicas, pero en los últimos años el aumento de adicciones Psicológicas y la aparición de otras nuevas van tomando fuerza en nuestra sociedad. Abigail Mora Sanz (2009)

### **3.2.3 Conceptos**

- Las adicciones son un problema de salud que comporta graves consecuencias a las personas que las padecen y a sus familiares. Se trata de un trastorno altamente incapacitante que cursa de forma progresiva y crónica, y deteriora todas las áreas del individuo. Las adicciones sin drogas funcionan, en unos casos, como conductas sobre aprendidas que traen consigo consecuencias negativas, y que se adquieren a fuerza de repetir conductas que en un principio resultan agradables; en otros, como estrategias de afrontamiento inadecuadas para hacer frente a los problemas personales. Echeburúa (2006).
- La adicción es una afición patológica que genera dependencia y resta libertad al ser humano al estrechar su campo de conciencia y restringir la amplitud de sus intereses. De hecho, existen hábitos de conducta aparentemente inofensivos que, en determinadas circunstancias, pueden convertirse en adictivos e interferir gravemente en la vida cotidiana de las



personas afectadas, a nivel familiar, escolar, social o de salud .Echeburúa y Corral (1994).

- En relación con las adicciones en general Alonso-Fernández (1996) señala que los problemas aparecen (y también respecto a Internet) cuando *"existe una absoluta necesidad de desarrollar esa actividad y se experimenta ansiedad si no se lleva a cabo"*.
- Griffiths (1997) señala la existencia de lo que él llama "adicciones tecnológicas", que se definen como adicciones no químicas que involucran la interacción hombre-máquina. Estas pueden ser pasivas (como la televisión) o activas (como los juegos de ordenador o Internet). Esta sería una modalidad de las adicciones psicológicas, que a su vez incluiría a la adicción a Internet.

Para Griffiths (1998) cualquier comportamiento que cumpla estos seis criterios será definido operacionalmente como adicción:

**Saliencia:** Una actividad particular se convierte en la más importante en la vida del individuo y domina sus pensamientos, sentimientos y conducta.

**Modificación del humor:** Experiencias subjetivas que la gente experimenta como consecuencia de implicarse en la actividad.

**Tolerancia:** Proceso por el cual se requiere incrementar la cantidad de una actividad particular para lograr los mismos efectos.

**Síndrome de abstinencia:** Estados emocionales desagradables y/o efectos físicos que ocurren cuando una actividad particular es interrumpida o repentinamente reducida.

**Conflicto:** Se refiere a los conflictos que se desarrollan entre el adicto y aquellos que le rodean (conflicto interpersonal), conflictos con otras actividades (trabajo, vida social, intereses, aficiones), o dentro de los propios individuos que están involucrados con la actividad particular.

**Recaída:** Es la tendencia a volver a los patrones tempranos de la actividad en la forma más extrema de la adicción tras muchos años de abstinencia o control.

Las diferentes terminologías existentes para referirse a estas adicciones ponen de manifiesto las distintas formas de entender el trastorno y el vacío conceptual con que nos encontramos.

Existen grandes dificultades para hallar un consenso a la hora de definir y conceptualizar las adicciones comportamentales y todo aquello relacionado con éstas.

Únicamente, el juego patológico, cuenta con una clasificación diagnóstica dentro del Manual de Diagnóstico DSM de la Asociación Americana de Psiquiatría (1980), dentro del grupo de trastornos del control de los impulsos junto a la tricotilomanía, la cleptomanía, la piromanía y el trastorno explosivo intermitente. El resto de adicciones sin sustancia (compras, sexo, internet, trabajo...), probablemente por su reciente aparición, siguen siendo objeto de controversia y confusión. No existen, para estas adicciones, estudios de base científica que permitan determinar si se trata realmente de una adicción.

Cuando hacemos referencia a este tipo de adicciones hablamos de un uso inadecuado de una conducta normal, o incluso saludable, como es el juego, el sexo o las compras. Según algunos autores, cualquier conducta placentera podría ser susceptible de convertirse en hábito, y según las circunstancias, en adicción.

Tal y como señala Echeburúa, no se trata de atribuir rasgos patológicos a conductas habituales o saludables, ni de psicopatologizar la vida cotidiana, sino de señalar cómo algunas conductas normales pueden llevarse a cabo de manera no saludable, según la intensidad con que se haga, la frecuencia, la cantidad de tiempo y dinero invertido, y sobre todo, en función del grado de interferencia en todas las áreas de la vida de la persona.

El curso es progresivo y crónico, y con el tiempo aumenta la dificultad para controlar la conducta adictiva, por lo que ésta acaba interfiriendo en las relaciones familiares, sociales, laborales y personales del adicto.

Hablamos de adicciones porque la frecuencia de la conducta problema aumenta con su uso (tolerancia), y porque produce una dependencia, no fisiológica pero si psicológica, ya que su interrupción provoca un malestar

significativo (irritabilidad, nerviosismo...). A partir de los comportamientos adictivos de la persona, evolucionan las relaciones del individuo con su entorno y con él mismo, viéndose afectado el concepto que tiene de sí mismo y afectando a su autoestima de forma considerable.

A nivel personal, el individuo adicto presenta una alteración importante a consecuencia de sus comportamientos adictos, con aumento de la ansiedad, la irritabilidad, insomnio, pérdida del apetito, alteración de la conducta, aumento del consumo de tabaco u otras drogas, aislamiento social, cambios radicales del estado de ánimo, disminución de la comunicación, baja autoestima y sentimiento de culpabilidad.

Existe una pérdida de control sobre la conducta, una dependencia psicológica, una pérdida de interés por otras actividades y un predominio de reforzadores negativos que mantienen la aparición de la conducta adictiva. Un patrón de conducta descontrolada y una incapacidad para poner fin a ésta a pesar de sus consecuencias perjudiciales.

El adicto dedica un tiempo exorbitante a su adicción, sacrificando o descuidando otras actividades sociales, lúdicas y recreativas importantes, así como faltando a sus obligaciones y responsabilidades, tanto laborales, como familiares.

### **Multicausalidad De Las Adicciones Psicológicas**

Como en las adicciones tóxicas, en las psicológicas nos hallamos ante un trastorno de origen multidimensional. Estas adicciones están consideradas como trastornos heterogéneos en el que interactúan variables bio psicosociales.

- *Rasgos de personalidad:*

La búsqueda de sensaciones o la impulsividad, el inconformismo o la competitividad, facilitan la aparición de la adicción, así como determinados déficits en habilidades personales como: la resolución de problemas, la capacidad de autocontrol y las habilidades sociales.

- *Variables ambientales:*

Pueden también determinar su aparición (estilos de vida poco satisfactorios, auto indulgencia, trabajos poco gratificantes, un mundo social escaso o inexistente, y la falta de afecto y de relaciones de confianza).

- *Distorsiones cognitivas:*

Como la falacia del jugador, la ilusión de control, los autoengaños o las creencias erróneas pueden facilitar su inicio, incluso mantenerla posteriormente. El pensamiento, las creencias y la actitud del adicto desempeñan un papel importante en la aparición y mantenimiento de la adicción.

Los procesos mentales de numerosos adictos resultan notablemente irracionales. Se observan distorsiones en los procesos cognitivos y de pensamientos que redundan en el desarrollo del problema.

### **3.2.4Características De La Adicción Psicológica**

Para Echeburúa y Corral (1994) lo que caracteriza a una adicción psicológica no es el tipo de conducta implicada, sino la naturaleza de la relación que el individuo establece con ella, es decir, la forma en que se realiza esa actividad.

Como características de la adicción psicológica se señala:

- Tolerancia.
- Síndrome de abstinencia (ansiedad, impulsividad, bajo interés por otras actividades gratificantes)
- La actividad es realizada con frecuencia en cantidades mayores o durante un periodo más largo de lo que inicialmente se pretendía.
- Existe un deseo persistente o esfuerzos infructuosos de controlar o interrumpir la actividad adictiva.
- Se emplea mucho tiempo en actividades relacionadas con la obtención, consumo de la actividad o en la recuperación de los efectos de la actividad.
- Reducción de importantes actividades sociales, laborales o recreativas debido a la realización de la actividad.
- Se continúa realizando la actividad a pesar de tener conciencia de problemas psicológicos o físicos recidivantes o persistentes, que parecen causados o exacerbados por la adicción psicológica.
- Control inicial por estímulos reforzadores (lo placentero de la conducta en sí)
- Control final por estímulos negativos (alivio del malestar)

### **3.2.5 Etiología De Las Adicciones Psicológicas.**

Factores más significativos:

- *Vulnerabilidad psicológica:*

Parecen existir ciertas características de personalidad o estados emocionales que aumentan la vulnerabilidad psicológica a las adicciones no químicas, entre las que cabe citar las que siguen:

- Impulsividad.

- Estado de ánimo disfórico.
- Intolerancia a los estímulos displacenteros, tanto físicos como psicológicos.
- Baja autoestima.
- Estilo de afrontamiento inadecuado ante las dificultades cotidianas.
- Egocentrismo.
- Búsqueda de sensaciones

Habría que añadir la carencia de afecto consistente, de manera que el individuo trataría de llenar esa carencia por medio de su adicción.

Además, el hecho de que una persona se frustre en varias áreas de su vida, puede hacer que centre su atención en una sola de ellas, colocando así a esta área en riesgo de adicción. Por tanto, el cultivar un mayor número de intereses podría potenciar una visión positiva y de mayor satisfacción con la vida cotidiana.

En conclusión, un individuo con una personalidad vulnerable y con una débil cohesión familiar (desapego, conflicto, etc.) presenta un alto riesgo de convertirse en adicto si, además, está habituado a las recompensas inmediatas, existe disponibilidad del objeto de su adicción, se encuentra presionado por el grupo, está expuesto a estresores (fracaso escolar, frustraciones afectivas, etc.) o muestra vacío existencial (inactividad, aislamiento social, falta de objetivos, etc.).

- *Inicio y mantenimiento de la adicción sin sustancia:*

El inicio de estas conductas adictivas se produce por la presencia de reforzadores positivos, los cuales controlan dicha conducta: se trata del poder placentero de la conducta en sí misma.

Sin embargo, conforme se instaure la dependencia y comienza a aparecer un síndrome de abstinencia, el control del comportamiento (esto es, el mantenimiento de la adicción) se lleva a cabo mediante reforzadores negativos, es decir, el alivio del malestar (al igual que ocurre en las dependencias químicas).

Es en este momento cuando el individuo evidencia una fuerte dependencia psicológica hacia el comportamiento en cuestión, manifiesta ansia, pierde el interés por otras actividades también gratificantes y es incapaz de controlar la realización de la conducta a pesar de que le está ocasionando daños.

Como consecuencia a todo esto, los comportamientos adictivos se vuelven automáticos, emocionalmente activados, con poco control sobre el acierto o error de la decisión. El adicto sopesa los beneficios de la gratificación inmediata, pero no repara en las posibles consecuencias negativas a largo plazo.

Los estímulos condicionados, desempeñan un papel importante en el mantenimiento de las adicciones psicológicas. Los externos pueden variar de una adicción a otra: el sonido o las luces de una máquina tragaperras en el ludópata, el olor de los alimentos en la adicción a la comida, los anuncios publicitarios en el caso del adicto a las compras, etc.

Por el contrario, los internos son muy similares en todas las adicciones, siendo el más importante, la disforia, ya que cualquier adicto tiende a recaer cuando se encuentra mal o deprimido.

### **3.2.6 Tipos De Adicciones No Químicas**

Según Álvarez Romero M. Psiquiatria.com (2011), no existe una tipología rigurosa en cuanto a las adicciones sin sustancia ya que, cualquier conducta que resulte placentera puede convertirse en adictiva si se lleva a cabo un uso inadecuado de la misma. Por lo tanto, analizaremos aquellas adicciones con mayor prevalencia, más investigadas y con mayor demanda terapéutica. Las variantes más comunes son:

- Juego patológico
- Adicción al sexo

- Adicción a las compras
- Adicción a la comida
- Adicción al trabajo
- Adicción al teléfono
- Adicción a internet
- Apuestas deportivas por internet y televisión
- Adicción al ejercicio físico

- *Adicción al juego*

El juego patológico se caracteriza por la incapacidad del sujeto para controlarse y por la alteración que se produce en áreas significativas de su vida; el juego se convierte en el centro de su vida y no es capaz de abandonarlo aun cuando lo desea. Se incluyen en este apartado aquellos juegos que impliquen apuestas de dinero.

Para la APA (2002), la característica esencial del juego patológico es un comportamiento de juego, desadaptativo, persistente y recurrente, que altera la continuidad de la vida personal, familiar o profesional, como indican, al menos, cinco o más de los siguientes síntomas:

- Preocupación por el juego.
- Necesidad de jugar con cantidades crecientes de dinero para conseguir el grado de excitación deseado.
- Fracaso repetido de los esfuerzos para controlar, interrumpir o detener el juego.
- Inquietud o irritabilidad cuando intenta interrumpir o detener el juego.
- El juego se utiliza como estrategia para escapar de los problemas o para aliviar la disforia (sentimientos de desesperanza, culpa, ansiedad o depresión).
- Después de perder dinero en el juego, se vuelve otro día para intentar recuperarlo.
- Se engaña a los miembros de la familia, terapeutas u otras personas para ocultar el grado de implicación con el juego.



- Se cometen actos ilegales, como falsificación, fraude, robo o abuso de confianza para financiar el juego.
- Se han arriesgado o perdido relaciones interpersonales significativas, trabajo y oportunidades educativas o profesionales debido al juego.
- Se confía en que los demás proporcionen dinero que alivie la desesperada situación financiera causada por el juego.

La CIE-10 (OMS, 1992), por su parte, señala que la ludopatía "consiste en la presencia de frecuentes y reiterados episodios de juegos de apuestas, los cuales dominan la vida del enfermo en perjuicio de los valores y obligaciones sociales, laborales, materiales y familiares del mismo".

El tránsito del juego normal al patológico no siempre sigue una línea recta. Los indicadores de dicha transición son los siguientes:

- Gasta más dinero de lo planeado.
- Apostar para recuperar lo perdido.
- Seguir jugando incluso cuando se ha perdido.

Las cuatro fases de evolución del juego patológico (R. Custer, 1984):

- Ganar mucho ("big win").
- La búsqueda (la caza).
- La desesperación.
- El abandono (jugar por jugar, sin esperanza de ganar).

- *Adicción al sexo*

Para Álvarez Romero (2011), La adicción al sexo consiste en un exceso de deseos y de conductas sexuales que el sujeto se siente incapaz de controlar. Así, este impulso incontrolado se traduce en una conducta sexual breve, frecuentemente poco satisfactoria, que se repite con intervalos variables siempre cortos, con parejas distintas o en soledad y sin reparar en los perjuicios que dicha conducta puede ocasionar sobre uno mismo y sobre la familia.

El adicto, realiza dicho comportamiento, no tanto para obtener placer, sino para reducir un malestar. El sexo pasa a ser el remedio para reducir la ansiedad y así la actividad sexual se transforma en algo morboso.

El paso de una sexualidad alta, pero normal, a una sexualidad adictiva viene marcada, sobre todo, por dos elementos:

- Interferencia grave en la vida cotidiana: sufrimiento, destrucción, soledad, pérdida de la familia, incapacidad de mantener una relación afectiva duradera, etc.
- Síndrome de abstinencia: aparece cuando no se puede llevar a cabo la conducta sexual y cursa con nerviosismo, irritabilidad, dolor de cabeza, temblores, insomnio, etc.

La adicción al sexo puede revestir diversas formas:

- Masturbación compulsiva.
- Búsqueda ansiosa de relaciones sucesivas con múltiples parejas.
- Empleo frecuente de los servicios de prostitutas.
- Uso abusivo del teléfono erótico.
- Llamadas telefónicas obscenas.
- Entrada en páginas de internet con contenido sexual.

El contenido de la adicción puede referirse a la sexualidad normal o a una sexualidad parafilica.

Los signos que alertan de la adicción podrían ser los siguientes:

- Fantasías sexuales alejadas de la relación de pareja.
- Conductas sexuales anónimas, múltiples y breves.
- Sexualidad comprada.
- Voyeurismo.
- Acoso sexual a personas dependientes del sujeto.
- Contactos con niños.

Un elemento significativo, en este tema, es la naturaleza y dimensión de la actitud amorosa del sujeto. Sexo sin amor es campo abonado para la adicción o sus proximidades.

- *Adicción a las compras*

La adicción a las compras (también conocida como oniomanía, compra compulsiva, compra adictiva, consumo adictivo. Trastorno de la adquisición o síndrome de las compras) se define como “el impulso incontrolable de adquirir objetos inútiles y superfluos”.

Los rasgos distintivos de esta dependencia son los siguientes:

- La gratificación proviene del propio proceso de comprar; es decir, lo importante no es la compra, sino comprar.
- El consumo, no planificado, excede de las posibilidades económicas del sujeto y le lleva a un gasto excesivo.
- Si el individuo pasa por la puerta de un centro comercial y no accede al mismo, sufre síndrome de abstinencia, que sólo se calma cuando entra en el establecimiento.
- Los objetos que se adquieren se olvidan almacenados en armarios, se regalan, se coleccionan, etc.
- La estimulación proviene del carácter de comprar, sacar la tarjeta de crédito, sentir la excitación de las bolsas en la mano, recibir la atención de los dependientes, etc.; y lo que pone en marcha esta excitación son las ofertas, los escaparates, estrenar algo nuevo, etc.

La autoestima y el sentimiento de poder se satisfacen con la conducta de compra.

El ciclo de la conducta adictiva es el siguiente:

- Estado de ánimo disfórico.
- Excitación ante las expectativas de compras.
- Adquisición placentera de objetos superfluos.
- Arrepentimiento y reproches por el dinero gastado y por la pérdida de control.
- Repetición del ciclo para superar el malestar.

El alejamiento de la familia, la soledad, presión de la publicidad, la insatisfacción con la pareja o el trabajo, o la baja autoestima son circunstancias personales, familiares y sociales que hacen que comprar permita que el individuo sea el centro de atención de los demás, aunque sea por unas horas. Álvarez Romero, (2011).

- *Adicción a la comida*

La sobreingesta compulsiva, reflejo de la adicción a la comida, supone la "presencia regular de atracones sin control por parte del sujeto". Los atracones se inician de una forma brusca, precedidos de una sensación de hambre incontenible, y suponen la ingestión voraz (normalmente a solas o escondidas) de una gran cantidad de alimentos, sobre todo, de alto valor calórico, en un periodo corto (20-60 minutos) hasta que el sujeto se encuentra desagradablemente lleno, o cuando se ha terminado el alimento, o tras aparecer dolores abdominales, o bien cuando llega otra persona. En cada atracón se pueden consumir entre 1500 y 5000 calorías.

Los efectos de los atracones son gratificantes de inmediato, puesto que reducen la inquietud y provocan euforia, pero a los pocos minutos generan un elevado nivel de malestar físico y psicológico.

Los fracasos afectivos, ánimo deprimido, sentimiento de soledad o aburrimiento, y estrés se encuentran entre los factores precipitantes más frecuentes. Asimismo, las dietas restrictivas, pueden desencadenar un deseo irresistible de comer de modo compulsivo. Álvarez Romero (2011)

- *Adicción al trabajo*

Esta adicción se caracteriza por una implicación progresiva, excesiva y desadaptativa a la actividad laboral, con una pérdida de control respecto a los límites del trabajo y una interferencia negativa en la vida cotidiana. Afecta, por tanto, a las relaciones familiares y sociales, tiempo de ocio, estado de salud, etc.

La sobreimplicación laboral responde al ansia o la necesidad de la persona más que a las necesidades objetivas del entorno laboral. El trabajo genera, de esta forma, una excitación que oscila entre la fascinación y el sobresalto.

Lo que distingue al adicto es más su actitud ante la tarea que el número de horas dedicadas a ella. Frecuentemente, se acompaña de ideas sobrevaloradas acerca del dinero, del éxito o del poder.

Las principales características de esta adicción son las siguientes (Killinger, 1993):

- a) Implicación elevada en la actividad laboral
- b) Impulso a trabajar debido a presiones internas
- c) Poca capacidad para disfrutar de la tarea realizada
- d) Búsqueda de poder o prestigio

Lo que está en juego en la persona adicta es su propia autoestima y el reconocimiento social, siendo frecuente que, bajo la adicción, se escondan sentimientos de inferioridad y miedo al fracaso.

Algunos indicadores relacionados con el comienzo de la adicción son la tendencia al aislamiento social, el agotamiento, un excesivo sentido del deber, la aspereza de trato y la pérdida de satisfacción con las actividades cotidianas anteriormente placenteras. Álvarez Romero (2011).

- *Adicción al teléfono*

Según Álvarez Romero (2011), entre los síntomas principales para detectar la adicción al teléfono móvil figuran:

- gasto exagerado de la factura de teléfono
- descenso del rendimiento escolar y laboral
- aumento del nivel de estrés y ansiedad.

La adicción al teléfono puede generar conflictos en la pareja y familia, que son precisamente quienes detectan la mayoría de las problemáticas ya que el enfermo tiende a justificar siempre su conducta”.

Frente a los usuarios moderados del móvil, aquellos que son adictos presentan un estado de alerta-vigilia permanente hacia cualquier señal que provenga del aparato, que provoca la necesidad casi compulsiva e incontrolada de consultar el móvil constantemente, con independencia de la actividad que se encuentren realizando.

Cada vez necesitan dedicarle más tiempo, convirtiendo al móvil en algo prioritario en sus vidas.

Ante la separación del móvil hay estudios que han observado una serie de síntomas que podría configurar el cuadro de abstinencia, tales como angustia, ansiedad, nerviosismo e irritabilidad, principalmente. Tales manifestaciones, disminuyen en cuanto se instaura de nuevo el uso del móvil.

Entre los sujetos estudiados parecen existir ciertos rasgos comunes, como problemas de autoestima e inseguridad, dificultad en las relaciones sociales, aislamientos y otros factores emocionales.

- *Adicción a internet*

La adicción supone una pauta anómala, unos tiempos de conexión elevados anormalmente, de forma permanente, extendiéndose más allá de la conducta normal de muchos usuarios.

Consiste en una dedicación intensiva de tiempo como consecuencia de la fascinación inicial por las posibilidades de la red y una regularización temporal dentro de unos límites controlados al cabo de unas pocas semanas.

La red permite satisfacer dos de las necesidades básicas:

La estimulación solitaria, que abarca desde la búsqueda de información, de imágenes y de sonidos, hasta la participación en juegos colectivos e individuales o la descarga de nuevos programas.

La búsqueda de interacción social. De hecho, resulta llamativo que los espacios de la red destinados a las relaciones sociales sean los que más cuentan con componentes adictivos y donde se encuentran la mayoría de personas que tienen una adicción a internet. Cabe destacar aquí a los chats o canales de conversación en tiempo real, los foros, el correo electrónico o los conocidos juegos on-line.

La dependencia a internet comienza de forma gradual. Algunos signos iniciales, que podrían considerarse de alerta, son la comprobación reiterada del correo electrónico, el bloqueo del teléfono de contacto al navegar por la red para no ser interrumpidos, y el aumento desproporcionado de inversión en tiempo y dinero que le dedicamos a la red, y que puede evidenciarse, por ejemplo, en el aumento del costo en las facturas.

Los síntomas experimentados por la dependencia a la red son similares a los sufridos por los ludópatas, existiendo pérdida de control, ansiedad, insomnio, irritabilidad, inestabilidad emocional y dificultades serias de comunicación con las personas de su entorno.

Los usuarios más jóvenes tienden a hacerse adictos con más facilidad, a pesar de que lo más importante para que esto ocurra es la existencia de vulnerabilidad psicológica. Los factores de riesgo que destacan en este tipo de adicción, son:

- 2 El aburrimiento y la carencia de relaciones u objetivas
- 3 La falta de habilidades para desenvolverse en el mundo real.

- 4 La timidez, a pesar de que el uso continuado de internet para paliar esta característica puede, irónicamente, incrementarla.
- 5 La búsqueda de sensaciones en personas solitarias.
- 6 La ausencia de una autoestima adecuada.

Finalmente, la dependencia a internet puede ser reflejo de unas características psicológicas primarias, como soledad, déficit de habilidades de comunicación, otros trastornos mentales, etc., o de problemas de pareja. Cabe la posibilidad de que personas adictas a sustancias o a otras conductas tiendan a hacer fácilmente un uso psicológico de internet. Álvarez Romero (2011).

- *Adicción al ejercicio físico*

La vigorexia o adicción al ejercicio físico es un trastorno en el que se realizan prácticas deportivas en forma desmedida, sin reparar en las consecuencias que pueda tener para el organismo tal exigencia patológica.

Sin registrar lo anormal de la conducta por el tiempo, la frecuencia y la intensidad de estas prácticas, el intento de realizar actividad saludable se va convirtiendo en una necesidad obsesiva, perentoria e ineludible de consagrar cada vez más y más horas a entrenar el cuerpo.

El paciente se justifica a sí mismo porque persigue un modelo de perfección y estética que las modas imponen, o porque busca optimizar su rendimiento para presentarse en pruebas deportivas o por el bienestar que le genera la secreción de endorfinas.

Los adictos al ejercicio no tienen en cuenta condiciones climáticas, dolores ni indisposiciones. Se enojan cuando alguien les señala lo desmedido de su actividad o se sienten culpables si por cualquier circunstancia no pueden realizarla.

Presentan características de baja autoestima, dificultades de integración, rechazo de su imagen corporal, entre otras.



La práctica de ejercicio continuado puede estar recompensada psicológicamente de varias maneras. Por ejemplo, no mejorando el estado de ánimo, proporcionando más ocasiones para relacionarse socialmente, y estas recompensas pueden fomentar un comportamiento de ejercicio continuado, proceso que se ha denominado como motivación intrínseca al ejercicio continuado.

La adicción al ejercicio físico es sufrida por aquellas personas que no se sienten a gusto con su propio cuerpo y se obsesionan con la mejora de ciertos defectos físicos. Esta patología se englobaría dentro de los trastornos obsesivos compulsivos y tendría cierta predisposición biológica.

Los adictos al ejercicio físico son personas inmaduras por su excesiva dedicación al cuerpo, con baja autoestima, introvertidos, y con conductas reiteradas de observarse ante el espejo.

Controlan con frecuencia su peso y se obsesionan por hacer un sobre-esfuerzo físico y tienen trastornos de personalidad.

Otras características en ellos serían una auto-imagen distorsionada, no existencia de una integración adecuada en la sociedad y elevada tendencia tanto de automedicación como de variación de su dieta. Álvarez Romero (2011).

## **CAPITULO III**

### **3.2.2 NUEVAS TECNOLOGÍAS**

El presente estudio plantea como tema de investigación la influencia que tienen sobre los adolescentes las nuevas tecnologías, tales como, televisión, video juegos, Internet, redes sociales, telefonía móvil;. Concretamente, se pregunta si el uso de estas pueden configurarse en conductas de tipo problemáticas o dependientes, constitutivas de una adicción.

Con respecto a las Nuevas Tecnologías en un concepto amplio, se puede considerar que el teléfono, la televisión e Internet forman parte de lo que se llama NTIC (nuevas tecnologías de la información y comunicación), tecnologías que favorecen la comunicación y el intercambio de información en el mundo actual. (Wikipedia, 2011).

### **3.3.1 Un Nuevo Concepto**

A nadie sorprende estar informado minuto a minuto, comunicarse con gente del otro lado del planeta, ver el video de una canción o trabajar en equipo sin estar en un mismo sitio. Con una rapidez impensada las Tecnologías de la información y comunicación son cada vez más, parte importante de nuestras vidas. Este concepto que también se llama Sociedad de la información, se debe principalmente a un invento que empezó a formarse hace unas cuatro décadas: internet. Todo se gestó como parte de la Red de la Agencia de

Proyectos de Investigación Avanzada (ARPANET) creada por el Departamento de Defensa de los Estados Unidos de América, pensada para comunicar los diferentes organismos del país. Sus principios básicos eran: ser una red descentralizada con múltiples caminos entre dos puntos, y que los mensajes estuvieran divididos en partes que serían enviados por caminos diferentes. La presencia de diversas universidades e institutos en el desarrollo del proyecto hizo que se fueran encontrando más posibilidades de intercambiar información. Se crearon los correos electrónicos, los servicios de mensajería y las páginas web. Pero no es hasta mediados de la década de los noventa -cuando ya había dejado de ser un proyecto militar- que se da la verdadera explosión de internet. Y a su alrededor todo lo que conocemos como Tecnologías de la información y comunicación.

El desarrollo de internet ha significado que la información esté ahora en muchos sitios. Antes la información estaba concentrada, la daban los padres, los maestros, los libros. La escuela y la universidad eran los ámbitos que concentraban el conocimiento. Hoy se han roto estas barreras y con internet hay más acceso a la información. El principal problema, es la calidad de esta información. También se ha agilizado el contacto entre personas, y también entre los que hacen negocios. No hace falta moverse para cerrar negocios en diferentes ciudades del mundo o para realizar transacciones en cualquier lugar con un sencillo clic.

En parte, estas nuevas tecnologías son inmateriales, ya que la materia principal es la información; permiten la interconexión y la interactividad; son instantáneas; tienen elevados parámetros de imagen y sonido. Al mismo tiempo las nuevas tecnologías suponen la aparición de nuevos códigos y lenguajes, dando lugar también a la realización de actividades inimaginables en poco tiempo. Wikipedia (2011).

### **3.3.2 Las Tecnologías De La Información Y La Comunicación**

Las TIC (Tecnologías de la información y la comunicación) conforman el conjunto de recursos necesarios para manipular la información y particularmente las computadoras, programas informáticos y redes necesarias para convertirla, almacenarla, administrarla, transmitirla y encontrarla. Wikipedia (2011).

### **3.3.3 Tipos**

Existen distintos tipos de Nuevas Tecnologías, entre ellas se encuentran, Televisión, Telefonía Móvil, Video Juegos, e Internet, las cuales son utilizadas como medio de comunicación, información y entretenimiento. En el presente trabajo vamos a delimitar cada una de ellas, y conocer el uso que le dan los adolescentes.

#### *Televisión*

La televisión es un sistema para la transmisión y recepción de imágenes en movimiento y sonido a distancia que emplea un mecanismo de difusión, la transmisión puede ser efectuada mediante ondas de radio, por redes de televisión por cable, Televisión por satélite o IPTV. El receptor de las señales es el televisor.

La palabra «televisión» es un híbrido de la voz griega *tele* («distancia») y la latina *visio* («visión»). El término televisión se refiere a todos los aspectos de transmisión y programación de televisión. A veces se abrevia como *TV*. Este

término fue utilizado por primera vez en 1900 por Constantin Perski en el *Congreso Internacional de Electricidad de París (CIEP)*.

### *Telefonía móvil*

El teléfono móvil es un dispositivo inalámbrico electrónico que permite tener acceso a la red de telefonía celular o móvil. Se denomina celular en la mayoría de países latinoamericanos debido a que el servicio funciona mediante una red de celdas, donde cada antena repetidora de señal es una célula, si bien también existen redes telefónicas móviles satelitales. Su principal característica es su portabilidad, que permite comunicarse desde casi cualquier lugar. La principal función es la comunicación de voz, como el teléfono convencional.

A partir del siglo XXI, los teléfonos móviles han adquirido funcionalidades que van mucho más allá de limitarse solo a llamar o enviar mensajes de texto, se podría decir que se han unificado (que no sustituido) con distintos dispositivos tales como PDA, cámara de fotos, agenda electrónica, reloj despertador, calculadora, micro proyector, GPS o reproductor multimedia, así como poder realizar multitud de acciones en un dispositivo pequeño y portátil que lleva prácticamente todo el mundo de países desarrollados. A este tipo de evolución del teléfono móvil se le conoce como Smartphone.

### Funcionamiento

La comunicación telefónica es posible gracias a la interconexión entre centrales móviles y públicas.

Según las bandas o frecuencias en las que opera el móvil, podrá funcionar en una parte u otra del mundo.

La telefonía móvil consiste en la combinación de una red de estaciones transmisoras-receptoras de radio (repetidores, estaciones base o BTS) y una serie de centrales telefónicas de conmutación de 1er y 5º nivel (MSC y BSC respectivamente), que posibilita la comunicación entre terminales telefónicos portátiles (teléfonos móviles) o entre terminales portátiles y teléfonos de la red fija tradicional.

En su operación el teléfono móvil establece comunicación con una estación base, y a medida que se traslada, los sistemas computacionales que administran la red van cambiando la llamada a la siguiente estación base, en forma transparente para el usuario. Es por eso que se dice que las estaciones base forman una red de celdas, cual panal de abeja, sirviendo cada estación base a los equipos móviles que se encuentran en su celda.

### *Video juegos*

Un videojuego o juego de vídeo es un software creado para el entretenimiento en general y basado en la interacción entre una o varias personas y un aparato electrónico que ejecuta dicho videojuego; este dispositivo electrónico puede ser una computadora, una máquina *arcade*, una videoconsola, un dispositivo *handheld* (un teléfono móvil, por ejemplo) los cuales son conocidos como "plataformas". Aunque, usualmente el término "video" en la palabra "videojuego" se refiere en sí a un visualizador de gráficos rasterizados, hoy en día se utiliza para hacer uso de cualquier tipo de visualizador.

Se entiende por videojuegos todo tipo de juego digital interactivo, con independencia de su soporte.

Hay videojuegos sencillos y otros más complejos, algunos son capaces de narrar historias y acontecimientos usando audio y video creados ex profeso, demostrando que el videojuego es otra manifestación del arte.

Al dispositivo de entrada usado para manipular un videojuego se lo conoce como controlador de videojuego, y varía dependiendo de lo que se trate la plataforma. Por ejemplo, un controlador de consola podría únicamente consistir de un botón y una palanca de mando. No obstante, otro podría presentar una docena de botones y una o más palancas. Frecuentemente, los primeros juegos informáticos hacían uso de un teclado para llevar a cabo una interacción, e incluso se necesitaba que el usuario adquiriera una palanca por separado, que tenía un botón como mínimo. Varios juegos de computadora modernos permiten, y en algunos casos exigen, que el usuario use un teclado y un ratón de forma simultánea.

Por lo general, los videojuegos hacen uso de otras maneras de proveer la interactividad e información al jugador. El audio es casi universal, usándose dispositivos de reproducción de sonido, tales como altavoces y auriculares. Otros de tipo *feedback* se presentan como periféricos hápticos que producen una vibración o realimentación de fuerza, con la manifestación de vibraciones cuando se intenta simular la realimentación de fuerza.

### *Videojugador*

Es la persona que juega los videojuegos completándolos parcial o totalmente. El videojugador se divide en tres grupos:

- Gamers: Estos pertenecen al grupo de jugadores experimentados, que se caracterizan por llevar varios años jugando, invertir bastantes horas de juego y tener una gran diversidad en sus gustos, en cuanto a géneros y tipos de plataformas. Además es un consumidor asiduo que le gusta estar bien informado en cuanto a los productos que ofrece el mercado, sus características y nuevas tendencias.
- Videojugadores casuales: El videojugador casual u ocasional, pertenece al grupo de jugadores no tradicionales, estos se caracterizan por ser usuarios relativamente nuevos, que dedican pocas horas de juego a la semana y que su uso es concebido como una forma de pasar un momento divertido en tiempos de ocio. Sus gustos son preferentemente ligados a los juegos deportivos, arcade y los juegos sociales. Este tipo de usuario, por lo general no suele informarse demasiado de los productos que ofrece el mercado y tan solo se decantan por aquellos que incorporen un factor de novedad y diversión.
- Progamer: Es un videojugador profesional, que lucra participando en campeonatos oficiales, o trabajando para las compañías desarrolladoras como testadores de errores en los videojuegos o contribuyendo con retroalimentación y críticas hacia el equipo desarrollador.

Otros términos más específicos usados habitualmente para los gamers, es gosu; que se refiere al videojugador que tiene una habilidad destacable en los videojuegos. El gosu dedicará todo su potencial al dominio casi total del videojuego. El jugador trata de jugar todos los videojuegos posibles y terminarlos descubriendo trucos del juego para ser considerado el mejor jugador.

## **Internet**

De las Nuevas Tecnologías de la información y la comunicación es, a mi parecer, la más popular, es decir, la que ha llegado a todas partes del mundo,



comunicando a personas e informándolas de todo lo que sucede minuto a minuto y en tiempo real. El alcance de esta red es mundial y es posible tener acceso a ella sin necesidad de tener una computadora propia o algún dispositivo especial.

Por otro lado se debe tener especial cuidado con la información que allí se encuentra, ya que al ser de uso libre y gratuito, no siempre es real, ni del todo confiable.

### **Internet y su evolución**

Inicialmente Internet tenía un objetivo claro. Se navegaba en Internet para algo muy concreto: búsquedas de información, generalmente. Ahora quizás también, pero sin duda alguna hoy es más probable perderse en la red, debido al inmenso abanico de posibilidades que brinda. Hoy en día, la sensación que produce Internet es un ruido, una serie de interferencias, una explosión de ideas distintas, de personas diferentes, de pensamientos distintos de tantas posibilidades que, en ocasiones, puede resultar excesivo. El crecimiento o más bien la incorporación de tantas personas a la red hace que las calles de lo que en principio era una pequeña ciudad llamada Internet se conviertan en todo un planeta extremadamente conectado entre sí entre todos sus miembros. El hecho de que Internet haya aumentado tanto implica una mayor cantidad de relaciones virtuales entre personas. (Wikipedia, 2012).

## **Internet y sociedad**

Internet tiene un impacto profundo en el mundo laboral, el ocio y el conocimiento a nivel mundial. Gracias a la web, millones de personas tienen acceso fácil e inmediato a una cantidad extensa y diversa de información en línea.

Comparado a las enciclopedias y a las bibliotecas tradicionales, la web ha permitido una descentralización repentina y extrema de la información y de los datos.

Internet ha llegado a gran parte de los hogares y de las empresas de los países ricos. En este aspecto se ha abierto una brecha digital con los países pobres, en los cuales la penetración de Internet y las nuevas tecnologías es muy limitada para las personas.

No obstante, en el transcurso del tiempo se ha venido extendiendo el acceso a Internet en casi todas las regiones del mundo, de modo que es relativamente sencillo encontrar por lo menos 2 computadoras conectadas en regiones remotas. Wikipedia (2012).

Desde una perspectiva cultural del conocimiento, Internet ha sido una ventaja y una responsabilidad. Para la gente que está interesada en otras culturas, la red de redes proporciona una cantidad significativa de información y de una interactividad que sería inasequible de otra manera.

Internet entró como una herramienta de globalización, poniendo fin al aislamiento de culturas. Debido a su rápida masificación e incorporación en la vida del ser humano, el espacio virtual es actualizado constantemente de información, fidedigna o irrelevante.

## **Internet y Trabajo**

Con la aparición de Internet y de las conexiones de alta velocidad disponibles al público, Internet ha alterado de manera significativa la manera de trabajar de algunas personas al poder hacerlo desde sus respectivos hogares. Internet ha permitido a estas personas mayor flexibilidad en términos de horarios y de localización, contrariamente a la jornada laboral tradicional, que suele ocupar la mañana y parte de la tarde, en la cual los empleados se desplazan al lugar de trabajo.

## **Internet y Ocio**

Muchos utilizan Internet para descargar música, películas y otros trabajos. Hay fuentes que cobran por su uso y otras gratuitas, usando los servidores centralizados y distribuidos, las tecnologías de P2P. Otros utilizan la red para tener acceso a las noticias y el estado del tiempo.

La mensajería instantánea o chat y el correo electrónico son algunos de los servicios de uso más extendido. En muchas ocasiones los proveedores de dichos servicios brindan a sus afiliados servicios adicionales como la creación de espacios y perfiles públicos en donde los internautas tienen la posibilidad de colocar en la red fotografías y comentarios personales. Se especula actualmente si tales sistemas de comunicación fomentan o restringen el contacto de persona a persona entre los seres humanos.

En tiempos más recientes han cobrado auge portales como YouTube o Facebook, en donde los usuarios pueden tener acceso a una gran variedad de videos sobre prácticamente cualquier tema.

## SEGUNDA PARTE

# METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

## **4. OBJETIVOS**

### **Objetivo General**

Explorar las características principales del uso que los adolescentes de 15 a 17 años hacen de las nuevas tecnologías y conocer si estas pueden ser constitutivas de una conducta de tipo adictiva.

### **Objetivos Específicos**

- Indagar cuáles son las nuevas tecnologías que utilizan con mayor frecuencia los adolescentes de 15 a 17 años.
- Conocer cuál es la cantidad de tiempo destinado diariamente al uso de las nuevas tecnologías por los adolescentes de 15 a 17 años.
- Averiguar si el uso que los adolescentes seleccionados le dan a las nuevas tecnologías se convierte en uso de tipo experimental, problemático o dependiente (conducta adictiva).
- Investigar cuál es el impacto que tiene el uso adictivo de las nuevas tecnologías, en las relaciones familiares, y con sus pares, de los adolescentes seleccionados.

## 5.MÉTODO

El presente trabajo está organizado a partir de una investigación con un enfoque cuantitativo. Según Sampieri (2010) este enfoque “utiliza la recolección de datos para probar hipótesis, con base en la medición numérica y el análisis estadístico, para establecer patrones de comportamiento y probar teorías”. Es un conjunto de procesos, secuencial y riguroso que parte de una idea delimitada de la cual se derivan objetivos y preguntas de investigación, previa revisión de la literatura existente desde donde se construye un marco o perspectiva teórica. De las preguntas se establecerán hipótesis y se determinarán variables diseñando un plan para probarlas.

El alcance de la investigación a realizar será Exploratorio. Siguiendo a Sampieri (2010) “Los estudios exploratorios se efectúan, normalmente, cuando el objetivo es examinar un tema o problema de investigación poco estudiado o que no ha sido abordado antes”. Como demostró la revisión de la literatura, las adicciones a nuevas tecnologías están siendo estudiadas en el mundo, pero los estudios en nuestro continente y más específicamente en nuestro país son escasos y se limitan a encuestas on-line llevadas a cabo por consultoras; además del hecho de que ninguna de las adicciones estudiadas ha sido incluida aun en ningún manual de referencia.

En palabras de Sampieri (2010), un estudio exploratorio “sirve para aumentar el grado de familiaridad con fenómenos relativamente desconocidos” y en efecto, el uso conflictivo del teléfono celular en nuestra provincia no ha sido evaluado con profundidad aun.

En el presente trabajo se pretende investigar el tipo de uso que los adolescentes de dos escuelas mendocinas, hacen de las nuevas tecnologías, indagando esta información a partir de un cuestionario.



### 5.1.Diseño de investigación

La investigación que se llevará a cabo para dar respuesta a los objetivos propuestos, será de carácter **cuantitativo** bajo un diseño de investigación no experimental, con un diseño transversal. Se trata de un estudio exploratorio.

### 5.2.Participantes

La muestra es “no probabilística”, ya que la elección de los participantes fue realizada de manera intencional en función de las necesidades del investigador.

Como muestra se seleccionó a un grupo de 120 adolescentes, usuarios de Nuevas tecnologías (N.T.). Se trata de alumnos de primero, segundo y tercer año del Polimodal de dos escuelas públicas, con edades que oscilan entre los 15 a 17 años, con una edad promedio de 16 con una Desviación Estándar de 0,67

Con respecto al sexo de los mismos, el 61% corresponden al sexo femenino y el 39 % al sexo masculino. (Ver Gráfico 1)

La muestra seleccionada se divide en dos escuelas como se menciona anteriormente, el 61% de los adolescentes pertenece a la escuela 1 y el 39% a la escuela 2. (Ver Gráfico 2)

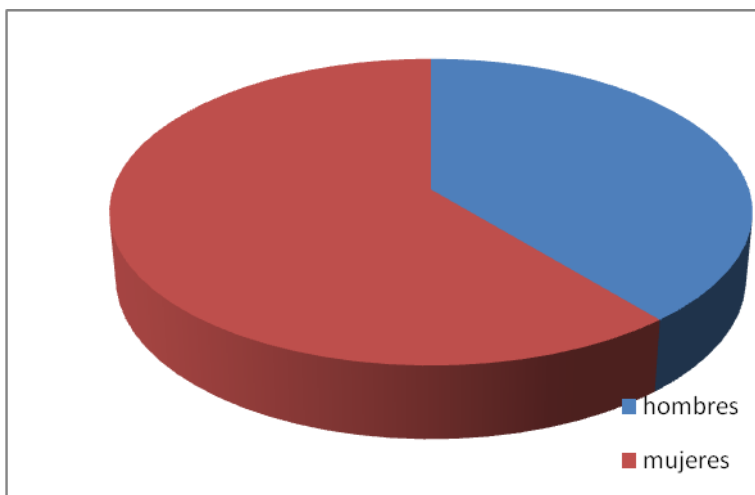


Gráfico 1: Género de la muestra.

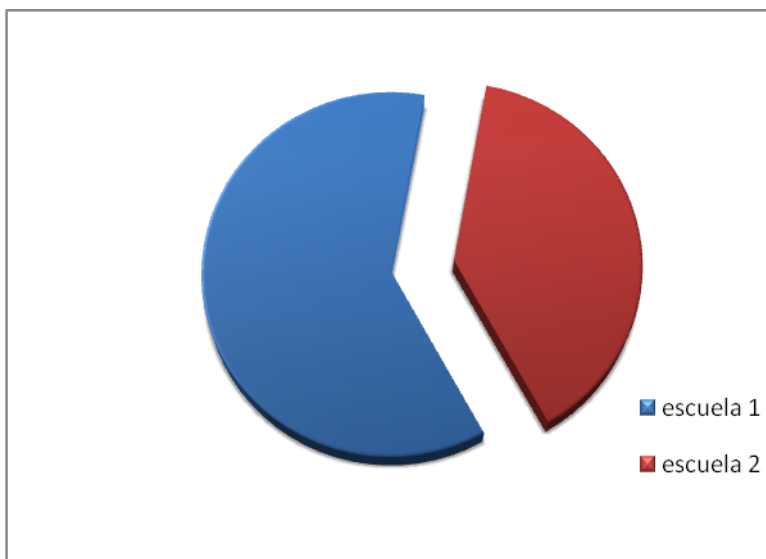


Gráfico 2: Cantidad de alumnos por Escuela

## **6.INSTRUMENTOS METODOLÓGICOS**

### **6.1.Cuestionario de Detección de Nuevas Adicciones (DENA) (Labrador, Becoñay Villadangos, 2008)**

Se utilizó un cuestionario autoadministrado, al que se le realizaron mínimas modificaciones para lograr una óptima adaptabilidad a la población objeto de este estudio, y de esta forma poder aplicarlo al grupo de adolescentes antes descripto. Estas pequeñas adaptaciones son debidas a que, si bien es un instrumento válido y pertinente, ha sido creado para ser utilizado en jóvenes pertenecientes a otra cultura y en un contexto social con otras características. Por la manera en que son planteadas algunas preguntas, será preciso adaptar el vocabulario, además de incluir preguntas que no han sido consideradas en el mismo y que coadyuvan a logro de los objetivos propuestos aquí.

El cuestionario mencionado en el párrafo anterior, ha sido construido en base a uno ya realizado por Labrador Encinas y Villadangos González de la Universidad de Oviedo, España en el año 2010, que fuera aplicado para detectar conductas indicadoras de un posible problema de adicción a 1710 estudiantes de la comunidad de Madrid, con edades entre 12 y 17 años.

## 7.PROCEDIMIENTO

El contexto en el que se llevó a cabo el estudio fue en las instalaciones de las escuelas, dentro del horario en el cual los alumnos desarrollan sus actividades curriculares.

Así mismo, quedó a disposición de las autoridades escolares y con su previa autorización, día y hora en el cual se accedió a comenzar con la investigación.

El instrumento fue entregado para ser realizado por los alumnos de manera voluntaria y anónima con una duración de 40 minutos aproximadamente.

Antes de comenzar con el proceso se les dio una explicación sobre el contenido y modo en que debían completarlo, en general los alumnos se mostraron interesados y no hubo ningún inconveniente de su parte en llevarlo a cabo, mostraron predisposición y compromiso al responder a cada ítem.

A medida que los terminaban los entregaban, luego se realizó una enumeración de todos los cuestionarios y una codificación de cada una de las preguntas e ítems del mismo, a continuación fueron sometidos a un análisis, para obtener los datos finales del trabajo de investigación.

El motivo por el cual se seleccionaron estas Instituciones fue, por la facilidad de acceso, en tanto existen contactos previos con profesionales y directivos pertenecientes a las mismas.

## 8. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

En relación a los resultados, cabe destacar, que al momento de entregar los cuestionarios, los adolescentes habían recibido recientemente las computadoras del “Plan Conectar Igualdad” del Gobierno Nacional, por lo cual se pudo observar de, que no tenían aún un uso excesivo de internet, ya que al ser dos lugares rurales en los que viven, solamente lo hacían en un cyber o en la Institución Escolar, esto se debe a que no se tenía acceso al servicio de Internet en sus hogares.

### **Resultados obtenidos en relación a los objetivos propuestos:**

Con respecto al primer objetivo: Indagar cuáles son las nuevas tecnologías que utilizan con mayor frecuencia los adolescentes de 15 a 17 años, los datos arrojan que las NT más utilizadas son el teléfono celular y televisión. Esto se debe a que tienen mayor acceso a estas dos NT, ya que, como se menciona anteriormente aún no cuentan con servicio de internet en sus hogares.

En relación al segundo objetivo: Conocer cuál es la cantidad de tiempo destinado diariamente al uso de las nuevas tecnologías por los adolescentes de 15 a 17 años, los porcentajes de uso por semana demuestran que el 47% de los alumnos utiliza el teléfono celular más de 10 horas a la semana y más de 7 horas por día. En relación al uso de televisión el 38% dice utilizarla entre 5 y 10 horas por semana, el 29% más de 10 horas a la semana, con una media de 4 horas al día y en su mayoría 7 horas por día.

En estudios realizados desde un punto de vista psicosocial, se puede decir que en el proceso de socialización de los jóvenes y adolescentes de la sociedad del consumo, los medios de comunicación adquieren mucha importancia, ya desde muy pequeños la televisión se sitúa como una de las actividades que más tiempo les ha ocupado. Tal y como destacan Naval, Sádaba y Bringué (2003), de

la misma manera que sucede con la televisión, las NT también influyen en su proceso de socialización. Los jóvenes y adolescentes viven y crecen en un entorno digital desconocido anteriormente. Esta nueva generación de las NT, crea una dimensión comunicativa que amplía considerablemente su campo social.

En cuanto al teléfono celular, diversos estudios realizados en España, en Cataluña y otros países de Europa han destacado cómo el uso del teléfono móvil ha aumentado considerablemente entre los grupos de jóvenes. Pero ¿a que es debido este fenómeno? En general parece que hay que señalar dos hechos: el primero de ellos, se refiere al período de transición de los jóvenes y de toda la problemática que esto comporta; y el segundo se refiere a un importante elemento que ha aparecido en escena estos últimos años: las NT, por lo tanto podemos afirmar que la generación actual de jóvenes es una de las primeras que ha tenido acceso a la telefonía móvil.

Actualmente podemos encontrar diversas investigaciones referentes al uso y las relaciones que los jóvenes mantienen a través de tecnologías como Internet, computadora o Video Juegos. No obstante no existe mucha literatura referente al uso del teléfono celular entre los jóvenes. Una gran parte del material disponible juega un papel importante en la idea que los adolescentes dedican un exagerado tiempo a hablar por teléfono, enviar mensajes breves y muchas otras funciones que este aparato les permite.

(ver tabla 1)

**Tabla N° 1:N.T. más utilizadas**

Utilización	Horas por día Media	Horas por Semana Porcentaje
Teléfono celular	4 horas	Más de 10 hs. 47%
Video juegos	2 horas	Entre 1 y 2 hs. 37%
Televisión	4 horas	Entre 5 y 10 hs. 38%
Internet	2 horas	Entre 1 y 2 hs. 43%

En relación al tercer objetivo, sobre si el uso de las NT se convierte en uso de tipo experimental, problemático o dependiente (conducta adictiva), se puede ver que no hay un uso excesivo o de tipo problemático, por lo que podemos concluir en que el uso que los adolescentes hacen de la NT, sólo representan un uso de tipo experimental o como entretenimiento. (Ver tabla N° 2)

**Tabla N° 2: Problemas por exceso de uso de N.T**

Problemas por exceso de uso	Nunca	A veces	Frecuentemente	Siempre
Internet	62%	16%	14%	7%
Video Juegos	62%	17%	14%	7%
Teléfono celular	53%	15%	14%	17%
Televisión	82%	12%	5%	2%

**Tabla N°3: Utilización de internet**

Utilización de internet	Nunca	A veces	Frecuentemente	Siempre
Decae estado de ánimo cuando no lo utiliza	58%	22%	7%	12%
Piensa horas antes de conectarse	66%	24%	2%	7%
Deja de realizar otras actividades	81%	15%	2%	2%
Intenta desconectarse sin lograrlo	74%	17%	5%	3%
Lo relaja utilizar Internet	28%	55%	7%	8%

**Tabla N°4: Utilización de Video juegos**

Utilización de Video juegos	Nunca	A veces	Frecuentemente	Siempre
Decae estado de ánimo cuando no lo utiliza	62%	23%	2%	3%
Piensa horas antes de utilizar V. Juegos	61%	21%	5%	4%
Deja de realizar otras actividades	9%%	77%	11%	3%
Intenta dejar de jugar sin lograrlo	73%	12%	2%	2%
Lo relaja jugar con V. Juegos	63%	17%	4%	7%

**Tabla N°5: Utilización de Teléfono Celular**

Utilización de Teléfono Celular	Nunca	A veces	Frecuentemente	Siempre
Decae estado de ánimo cuando no lo utiliza	34%	32%	12%	22%
Piensa horas antes de utilizar el Tel. Celular	50%	24%	14%	12%
Deja de realizar otras actividades	56%	25%	10%	8%
Lo relaja utilizar Internet	27%	28%	12%	32%
Siente nervios al no utilizar el Tel. Celular	52%	23%	10%	14%

**Tabla N°6: Utilización de Televisión**

Utilización de Televisión	Nunca	A veces	Frecuentemente	Siempre
Decae estado de ánimo cuando no lo utiliza	52%	36%	5%	7%
Piensa horas antes de ver televisión	55%	35%	4%	6%
Deja de realizar otras actividades	69%	27%	2%	1%
Intenta dejar de ver televisión sin lograrlo	72%	20%	5%	2%
Lo relaja ver televisión	17%	44%	9%	29%

Podemos conocer a través de los datos, de cada una de la Nuevas Tecnologías de la muestra seleccionada, que la utilización de estas no representa



ningún tipo de uso problemático, ya que en su mayoría los adolescentes no representan valores significativos en cuanto a las preguntas realizadas sobre si decae su estado de ánimo cuando no las utiliza, o si está pensando horas antes de utilizarlas, como así tampoco existe sedentarismo como consecuencia del uso ni dejan de realizar otras actividades, sino por el contrario, su uso es simplemente como un entretenimiento. (Ver tablas 3, 4, 5 y 6)

Sin embargo, hay un porcentaje de adolescentes en los que sí se reflejan indicadores de uso problemático: A un 29% lo relaja ver TV, un 7% manifiesta que siempre “decae su estado de ánimo cuando no usa su teléfono celular”. Hacia esta población específica deberían dirigirse programas preventivos de tipo indicado, de manera de responder específicamente a la situación que ellos plantean.

El uso de Internet, junto con los videojuegos, es una de las actividades que gozan de mayor éxito entre los adolescentes. El potencial para un uso inapropiado y excesivo de ciertas aplicaciones ha dado lugar a una cierta preocupación por el impacto psicológico y conductual que puede tener Internet en los individuos (Blaszczynski, 2006).

La primera referencia a la adicción tecnológica se atribuye a Griffiths, quien en 1995 habla de adicción conductual o química que implica una interacción no humana.

De acuerdo con este autor, habría dos tipos de individuos que se convierten en adictos a las máquinas: los que disfrutan de la tecnología y los que la utilizan para escapar de las dificultades de la vida personal. No obstante, a pesar de estas referencias a la adicción tecnológica, no hay un consenso claro sobre si se puede o no hablar de adicción a Internet y, tal como señalan Widyanto y Griffiths (2006), tras una interesante y exhaustiva revisión del tema, en caso de existir una “adicción a Internet”, sólo afectaría a un número reducido de internautas, siendo necesaria una mayor investigación para clarificar qué es lo que ocasiona esta adicción.

Por lo que respecta al tiempo dedicado a Internet que puede ser considerado como patológico o excesivo, se han propuesto diferentes cifras. Así,

mientras que Morahan-Martin y Schumacher (2000) hallan un promedio de 8,5 horas semanales en un grupo de usuarios considerados patológicos, Estalló (2001) concluye que entre 7 y 14 horas semanales pueden considerarse como un uso adaptativo de Internet. No obstante, y a partir de la evidencia empírica disponible (Brenner, 1997; Shapira, Goldsmith, Keck, Khosla y McElroy, 2000), parece acertado considerar que a partir de las 20-28 horas semanales (un promedio de entre 3 y 4 horas diarias) estamos ante un uso excesivo de la red que generalmente conlleva una interferencia de la actividad social y/o escolar o bien la presencia de malestar psicológico en el individuo.

Aunque se habla mucho de “adicción a las NT”, no existe una definición precisa de qué es o qué criterios caracterizan dicha adicción.

En algunos casos se considera la frecuencia o duración del uso de NT como criterio para caracterizar esta adicción, pero el número de horas dedicadas a una actividad no parece suficiente para establecer un problema adictivo.

Otros autores señalan que cualquier conducta normal puede convertirse en patológica en función de la intensidad, frecuencia o cantidad de dinero invertida en ella y del grado de interferencia en las relaciones familiares, sociales y/o laborales de las personas implicadas (Echeburúa, de Corral y Amor, 2005).

Para algunos, una adicción sin droga es aquella conducta repetitiva que resulta placentera, al menos en las primeras fases, y que genera una pérdida de control en la persona, con una interferencia grave en su vida cotidiana a nivel social, laboral y familiar (Fairburn, 1998).

En lo que respecta al cuarto objetivo: Investigar cuál es el impacto que tiene el uso adictivo de las nuevas tecnologías, en las relaciones familiares, y con sus pares, de los adolescentes seleccionados, también se encontraron fundamentos sobre las relaciones con sus familias o amigos y que no tienen un impacto negativo en relación a ellos, lo cual se conoce a través de los datos recogidos, ya que en el cuestionario entregado se realizaron preguntas sobre las relaciones familiares o con los amigos y los resultados no fueron relevantes en cuanto a si mantienen a su

entorno o tienen discusiones a causa de la utilización de las distintas NT., en su mayoría expresaron que no mentían ni que tenían discusiones con sus familias o amigos, es decir que se puede concluir que al momento de utilizar las N.T. lo hacen de manera experimental y no se encuentran conductas de tipo dependiente o con un uso problemático. (Ver Tabla 7).

Para Berríos & Buxarais (2005) el hogar se configura como un espacio donde los adolescentes acceden a las NT y adquieren, por interacción con sus progenitores y familiares, pautas y criterios sobre su uso. Regular y conocer el uso que los adolescentes hacen de las NT será la principal misión a la que se enfrentan los miembros de las familias. En este sentido, Alberó (2002) explica que las preocupaciones de los padres por el uso que sus hijos hacen de Internet se centran principalmente en el número de horas que éstos dedican a navegar. Aunque la mayor parte de los padres desconocen qué hacen sus hijos en la red, sí existe en ellos una confianza plena en que sus hijos no accederán a informaciones que puedan perjudicarles, pues piensan que Internet les ayuda a aprender. De hecho, Amorós, Buxarrais & Casas (2002) demuestran que el principal motivo que lleva a los padres a comprar una computadora y conectarse a Internet es el beneficio educativo de sus hijos e hijas y, curiosamente, el motivo principal que dan los jóvenes a sus padres para tener computadora e Internet en casa es la utilidad que tiene para el estudio.

Son muy pocos los padres que han enseñado a sus hijos a navegar por la red, lo cual puede tener efectos muy positivos en los adolescentes. En los estudios que acabamos de mencionar se explica que los jóvenes, debido a la estrecha relación que mantienen con las NT, se convierten, la mayor parte las veces, en expertos en el interior de sus familias, siendo ellos los que realizan el mantenimiento técnico de las computadoras y los teléfonos móviles que haya en la casa y orientando a los demás miembros de la familia en el uso y las posibilidades que ofrecen estas tecnologías, produciéndose así un aumento de la colaboración y la comunicación entre la familia y los adolescentes.

Cuando se hace referencia a los adolescentes y sus pares se encuentran Autores como Gil, Feliú, Rivero & Gil (2003) los cuales advierten que el uso inadecuado de las NT puede producir aislamiento o agudizar fenómenos como la soledad y la depresión, y mencionan la adicción, los contenidos perversos, la violencia, la pérdida de privacidad y el fomento del consumo como algunos de los efectos más negativos en el uso de las NT. Junto a ello, la belleza corporal, el cuidado del cuerpo y la moda de la exhibición que se muestra a través de las nuevas tecnologías hacen que la persona quede reducida a su apariencia física, surgiendo así no sólo dificultades para establecer vínculos satisfactorios, íntegros y plenos, sino una creciente presencia de síntomas de bulimia y/o anorexia en los jóvenes (BALARDINI, 1997).

Frente a esta imagen centrada en ideas como el aislamiento, el acceso a contenidos prohibidos, la pérdida de tiempo y la promoción de la violencia, autores como Gil, Feliú, Rivero & Gil (2003) y Castells (2001) destacan las múltiples oportunidades y beneficios que las NT otorgan a los jóvenes, al favorecer sus relaciones sociales, nuevas formas de construcción del conocimiento, el desarrollo de nuevas habilidades y el desarrollo de la creatividad, la comunicación y el razonamiento. Estos autores definen a los adolescentes como jóvenes con ganas de relacionarse, que utilizan las nuevas tecnologías no como una forma de aislarse, sino como una herramienta fundamental de relación, mucho más preocupados por las demás personas y las relaciones que mantienen que por la tecnología en sí misma.

En este sentido, los jóvenes utilizan las tecnologías para mantener las relaciones que ya tienen, para transformarlas, e incluso para profundizar en ellas, de manera que las convierten en relaciones más íntimas y más sinceras.

**Tabla N°7: Relaciones con su Entorno**

<b>Mentiras a Familia o amigos sobre la utilización de</b>	Nunca	A veces	Frecuentemente	Siempre
Internet	87%	3%	4%	5%
Video Juegos	77%	10%	2%	2%
Teléfono celular	82%	12%	2%	4%
Televisión	87%	10%	2%	1%

<b>Discusiones con amigos o familia por la utilización de</b>	Nunca	A veces	Frecuentemente	Siempre
Internet	86%	10%	1%	2%
Video Juegos	29%	46%	6%	10%
Teléfono celular	78%	18%	2%	1%
Televisión	85%	10%	2%	2%

Nuevamente se observa que hay un porcentaje que oscila entre el 2 y el 10% que sí manifiestan indicadores de uso problemático. Tanto en relación a mentir en el tiempo de uso, como en el hecho de discutir con personas significativas a raíz del uso. Siendo internet y los video juegos, las NT que presentan mayor conflicto.

## 9. CONCLUSIÓN

Como se planteó al comienzo de la presente investigación, se decidió explorar las características principales del uso que los adolescentes de 15 a 17 años hacen de las nuevas tecnologías y conocer si estas pueden ser constitutivas de una conducta de tipo adictiva.

Hemos llegado a la conclusión a través de los datos recogidos y luego analizados de que en general no existen valores significativos que indiquen la existencia de alguna problemática; de acuerdo al uso de las nuevas tecnologías, las más utilizadas son la Televisión y el teléfono celular, los porcentajes de uso por semana demuestran que el 47% de los alumnos utiliza el teléfono celular más de 10 horas a la semana y más de 7 horas por día. En relación al uso de televisión el 38% dice utilizarla entre 5 y 10 horas por semana, el 29% más de 10 horas a la semana, con una media de 4 horas al día y en su mayoría 7 horas por día.

Si bien hay algunas cifras que demuestran niveles más altos en algunos ítems del cuestionario utilizado, por ejemplo a un 29% lo relaja ver TV, un 7% manifiesta que siempre “decae su estado de ánimo cuando no usa su teléfono celular”. Así también con respecto al uso de video juegos e internet, se observa que hay un porcentaje que oscila entre el 2 y el 10% que sí manifiestan indicadores de uso problemático. Tanto en relación a mentir en el tiempo de uso, como en el hecho de discutir con personas significativas a raíz del uso, estos no representan la mayoría de la muestra, es por ello, que se llega a los resultados finales, los cuales demuestran que el uso que los adolescentes seleccionados para el presente estudio, solo lo hacen como entretenimiento o de forma experimental.

## 10. PROPUESTA

Por todo lo expuesto antes, lo que se pretende alcanzar con esta investigación, es profundizar el conocimiento pre existente sobre el uso que los adolescentes hacen de las NT, debido a que es una problemática innovadora y actual, en la medida que Internet está produciendo grandes y rápidos cambios en las relaciones de unos con otros, en los hábitos y la vida cotidiana de las personas.

Con respecto a ello, y según la bibliografía consultada, quienes más utilizan las NT son los adolescentes, ya que se encuentran en una etapa de su ciclo vital que está representado por grandes cambios, crisis y la construcción de su identidad, donde se intentan diferenciar de sus padres y asemejarse a su grupo de pares, realizando las mismas actividades, vistiendo la misma ropa, música, léxico, etc. Y es con estas Nuevas Tecnologías que ellos se identifican con otros, se comunican, se recrean y comparten tiempo.

Referido a esta temática, adicción a NT, existe una “zona de vacancia” ya que no se han encontrado investigaciones suficientes en Argentina, mucho menos en Mendoza; es por ello que se considera de suma importancia ahondar en el tema propuesto.

Y en nuestro Rol de Licenciados en Niñez, Adolescencia Y Familia debemos obtener mayores conocimientos, y de esta forma saber abordar el tema, frente a algún caso de adicción o conducta problemática, debemos saber cómo intervenir, abordando integralmente demandas individuales y familiares, diagnosticando y elaborando estrategias de intervención, de manera de responder específicamente a la situación que ellos plantean.

Con este trabajo de Investigación se pretende, aportar un mayor conocimiento sobre la problemática planteada, y de esta manera encontrar herramientas para realizar acciones preventivas si esta resultara perjudicial en las

conductas personales y para con el entorno social de estos adolescentes.

## 11.BIBLIOGRAFÍA

Álvares Romero, M.; Moreno Gómez, A.; Granados González, B.(2011) *Adicciones psicológicas, perspectiva psicosomática*. pp 1-17. Recuperado de Psiquiatría.com-ISSN 1137-3148.

Cano De Faroh, A.(2007) *Cognición del adolescente según Piaget y Vygotsky ¿Dos caras de la misma moneda?*pp 148-166. Boletín Academia Paulista de Psicología. Sao Paulo, Brasil. Recuperado de <http://www.redalyc.org/>

Castellana Rosell, M.; Sánchez-Carbonel, X.; Graner Jordana, C.; y Beranuy Fargues, M.(2007) *El adolescente ante las tecnologías de la información y la comunicación: Internet, Móvil y Video juegos*. pp. 196-204. Papeles del Psicólogo, Vol. 28 (3). Universidad Ramón Lull (URL). Recuperado de <http://www.redalyc.org/>

Craig.(2007) “Desarrollo psicológico”. Octava edición. Argentina.

Díaz Mohedo, M.; Vicente Bújes, A. (2011) *Los jóvenes como consumidores en la era digital*. pp. 127-134. Revista electrónica Interuniversitaria de formación de profesorado. Vol. 14, número 2. Zaragoza, España. Recuperado de <http://www.redalyc.org/>

Echeburúa, E.; Corral, P. (2010) *Adicción a nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto*. pp. 91-96 Facultad de Psicología. Universidad del País Vasco. Recuperado de <http://www.redalyc.org/>

Escala Sánchez, E.(2011) *Tecnofilia, Adicción sin drogas*. Recuperado de <http://www.enbuenasmanos.com/search/node/tecnofilia>



Girolamo, M.; Vilapriño Duprat, M., Equipo Interdisciplinario de Cable A Tierra. (2001) *Manual para Operadores Terapéuticos en Adicciones*. Capítulo I Adicciones, pp.21- 58. Ediciones del Canto Rodado.

Malo Cerrato, S. (2006) *Impacto de teléfono móvil en la vida de los adolescentes entre 12 y 16 años*. pp. 105-112. Comunicar, número 27. Grupo Comunicar. Huelva España. Recuperado de <http://www.redalyc.org/>

Marsellach, G. (2009) *Ser adolescente* Recuperado de <http://usuariosmultimedia.es/puntode vista/Pr/tema40.html>.

Méndez, D.(2008) *Apuntes de Cátedra. Problemática del Adolescente. Licenciatura en Minoridad y Familia. Universidad del Aconcagua*.

Moreno, A.; Del Barrio, C.(2000) *La experiencia adolescente. A la búsqueda de un lugar en el mundo*. Editorial AIQUE, Buenos Aires.

Luengo López, A.(2004) *Adicción a Internet, conceptualización y propuesta de intervención*”pp. 22-52. Revista profesional Española de terapia cognitivo-conductual. Recuperado de <http://www.psiquiatria.com/revistas/index.php/psiquiatriacom/>

Viñas Poch, F.(2009) *Uso auto informado de internet en adolescentes: perfil psicológico de un uso elevado de la red*.pp. 109-122. International Journal of Psychology and Psychology Therapy, Vol. 9, número 1. Universidad de Almería, España. Recuperado de <http://www.redalyc.org/>

Wikipedia.(2012) *Adolescencia*. Recuperado de: <http://es.wikipedia.org/wiki/Adolescencia>

Wikipedia.(2012) *Internet*.Recuperado de: <http://es.wikipedia.org/wiki/Internet>

Wikipedia.(2011) *Nuevas Tecnologías*.Recuperado de [http://es.wikipedia.org/wiki/Nuevas\\_tecnologías](http://es.wikipedia.org/wiki/Nuevas_tecnologías)

## 12. ANEXO

### 10.1 Cuestionario de Detección de Nuevas Adicciones (DENA) (Labrador, Becoñay Villadangos, 2008)

Sexo: V..... M:..... Edad: .....

1. Indica la frecuencia con la que realizas las siguientes actividades:

	Nunca	Alguna vez al mes	Alguna vez a la semana	Todos los días
Utilización de Internet				
Jugar con videojuegos				
Ir al ciber				
Teléfono celular				
Televisión				

2. Indica si alguna de de las siguientes actividades te causa problemas porque le dedicas exceso de tiempo, tienes discusiones debido a ellas con tus padres, gastas demasiado dinero en ella o te encuentras en parte enganchado a ella:

	Nunca	Alguna vez al mes	Alguna vez a la semana	Todos los días
Utilización de Internet				
Jugar con videojuegos				
Ir al ciber				
Teléfono celular				
Televisión				

3. **USO DE INTERNET.** (Marca con una cruz la respuesta correcta)

3.1. ¿Dónde utilizas Internet?

Casa..... Ciber..... Otros.....

3.2. ¿Cuántas horas dedicas a Internet a la semana?

Entre 1-2... Entre 2-5... Entre 5-10... Más de 10...

3.3. ¿Cuántas horas dedicas a Internet al día?

1..... 2..... 3.....4..... 5..... 6.....más.....

3.4. ¿A qué edad comenzaste a usar Internet?.....años

	Nunca	A veces	Con frecuencia	Siempre
¿De dicas más tiempo del que crees necesario a Internet?				
¿Te encuentras mal cuando por algún motivo no puedes utilizar Internet queriendo hacerlo?				
¿Estás pensando desde horas antes de conectarte a Internet en ello?				
. ¿Tienes discusiones con tus amigos por la utilización de Internet?				
¿Mientes a tu familia o amigos sobre las horas que dedicas a utilizar Internet?				
. ¿Has dejado de hacer alguna actividad (ir al cine, salir con amigos...) por estar conectado a Internet?				
¿Alguna vez has intentado desconectarte de Internet y no lo has conseguido?				
¿Te relaja navegar por Internet?				
¿Te sientes nervioso si pasa mucho tiempo desde la última vez que estuviste conectado a Internet?				

4. **USO DE VIDEOJUEGOS** (Marca con una cruz la respuesta correcta)

4.1 ¿Dónde juegas con videojuegos?

Casa..... Ciber..... Otros.....

4.2 ¿Cuántas horas dedicas a los videojuegos a la semana?

1-2... Entre 2-5... Entre 5-10... Más de 10...

4.3. ¿Cuántas horas dedicas a los videojuegos al día?

1..... 2.....3..... 4.....5..... 6.....más.....

4.4. ¿A qué edad comenzaste a usar videojuegos?.....años

	Nunca	A veces	Con frecuencia	Siempre
--	-------	---------	----------------	---------

¿Dedicas más tiempo del que crees necesario a los videojuegos?				
¿Te encuentras mal cuando por algún motivo no puedes jugar a los video juegos?				
¿Estás pensando desde horas antes de jugar con los videojuegos?				
. ¿Tienes discusiones con tus amigos por el tiempo que dedicas a los videojuegos?				
¿Mientes a tu familia o amigos sobre las horas que dedicas a jugar a los videojuegos?				
. ¿Has dejado de hacer alguna actividad (ir al cine, salir con amigos...) por estar jugando a los videojuegos?				
¿Alguna vez has intentado dejar de jugar y no lo has conseguido?				
¿Te relaja jugar a ls videojuegos?				
¿Te sientes nervioso si pasa mucho tiempo desde la última vez que jugaste?				

5. **USO DE TELÉFONO CELULAR**(Marca con una cruz la respuesta correcta)

5.1. ¿Dónde?

En mi habitación..... En el colegio..... En el salón de casa.....

5.2. ¿Quién lo paga?

Mis padres..... Yo, con mi dinero..... Otros.....

5.3. ¿Cuántas horas dedicas al teléfono celular a la semana?

Entre 1-2...Entre 2-5... Entre 5-10... Mas de 10...

5.4. ¿Cuántas horas dedicas al teléfono móvil al día?

1..... 2.....3..... 4.....5..... 6.....más.....

5.5. ¿Desde qué edad usas teléfono celular?.....años

	Nunca	A veces	Con frecuencia	Siempre
. ¿Te encuentras mal cuando por algún motivo no puedes usar el teléfono celular?				
¿Estás pensando desde horas antes de usar el celular?				
. ¿Tienes discusiones con tus amigos por el tiempo				

que dedicas al teléfono celular?				
. ¿Mientes a tu familia o amigos sobre las horas que dedicas al celular?				
¿Alguna vez has intentado dejar de usar el celular y no lo has conseguido?				
¿Te relaja usar el móvil?				
¿Te sientes nervioso si pasa mucho tiempo desde la última vez que usaste el celular?				
¿Consultas el celular por si te ha llamado o escrito alguien?				

6. **USO DE TELEVISIÓN** (Marca con una cruz la respuesta correcta)

6.1. ¿Dónde sueles ver la televisión?

En mi habitación..... En el salón de casa..... Otros.....

6.2. ¿Cuántas horas dedicas a la televisión a la semana?

1-2...Entre 2-5...Entre 5 -10... Más de 10...

6.3. ¿Cuántas horas dedicas a la televisión al día?

1..... 2.....3..... 4..... 5..... 6.....más.....

6.4. ¿A qué edad comenzaste a ver televisión?.....años

	Nunca	A veces	Con frecuencia	Siempre
. ¿Te encuentras mal cuando por algún motivo no puedes ver televisión?				
¿Estás pensando desde horas antes de ver televisión?				
. ¿Tienes discusiones con tus amigos por el tiempo que dedicas a ver televisión?				
. ¿Mientes a tu familia o amigos sobre las horas que dedicas ver televisión?				
. ¿Has dejado de hacer alguna actividad (ir al cine, salir con amigos...) por estar viendo la tele?				
¿Alguna vez has intentado dejar de ver televisión y no lo has conseguido?				
¿Te relaja ver televisión?				
¿Te sientes nervioso si pasa mucho tiempo				

desde la última vez que viste televisión?				
¿Solo ves en la televisión aquellos Programas que te resultan interesantes?				